



SKRIPSI

**HUBUNGAN *BODY IMAGE* DAN PERILAKU MAKAN
DENGAN STATUS GIZI REMAJA DI SMA NEGERI 9
KOTA PEKANBARU**

Oleh:

**MIA APRIYANI
11980324467**

UIN SUSKA RIAU

**PROGRAM STUDI S1 GIZI
FAKULTAS PERTANIAN DAN PETERNAKAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
PEKANBARU
2023**

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

SKRIPSI

**HUBUNGAN *BODY IMAGE* DAN PERILAKU MAKAN
DENGAN STATUS GIZI REMAJA DI SMA NEGERI 9
KOTA PEKANBARU**



Oleh:

**MIA APRIYANI
11980324467**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Untuk Melaksanakan Penelitian

**PROGRAM STUDI S1 GIZI
FAKULTAS PERTANIAN DAN PETERNAKAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
PEKANBARU
2023**

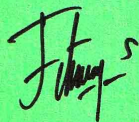
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

HALAMAN PENGESAHAN

Judul : Hubungan *Body Image* dan Perilaku Makan dengan Status Gizi Remaja di SMA Negeri 9 Kota Pekanbaru
Nama : Mia Apriyani
NIM : 11980324467
Program Studi : Gizi

Menyetujui
Setelah diseminarkan pada Tanggal 26 September 2023

Pembimbing 1



Novfitri Syuryadi, S.Gz, M.Si.
NIP. 1989118 201903 2 013

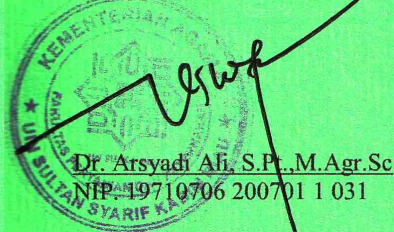
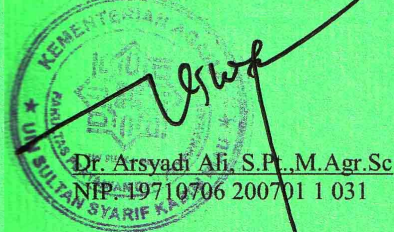
Pembimbing II



Dr. Tahrir Aulawi, S.Pt., M.Si
NIP. 19740714 200801 1 007

Mengetahui :

Dekan
Fakultas pertanian dan peternakan



Dr. Arsyadi Ali, S.Pt., M.Agr.Sc
NIP. 19710706 200701 1 031

Ketua,
Program Studi

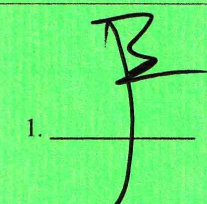

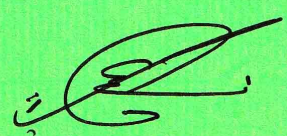

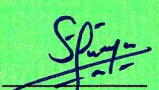


drg. Hj. Nur Pelita Sembiring, M.K.M
NIP. 19690918 199903 2 002

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi ini telah diuji dan dipertahankan di depan tim penguji ujian Sarjana Gizi pada Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau dan dinyatakan lulus pada Tanggal 26 September 2023

No	Nama	Jabatan	Tanda Tangan
1.	drg. Hj. Nur Pelita Sembiring, M.K.M	KETUA	1. 
2.	Novfitri Syuryadi, S.Gz, M.Si	SEKRETARIS	2. 
3.	Dr. Tahrir Aulawi, S.Pt, M. Si	ANGGOTA	3. 
4.	Yanti Ernalina Dietesien, M.P.H	ANGGOTA	4. 
5.	Sofya Maya, S.Gz., M,Si	ANGGOTA	5. 



HALAMAN TIM PENGUJI

Skripsi Mia Apriyani/11980324467 dengan judul “Hubungan *Body Image* dan Perilaku Makan dengan Status Gizi Remaja di SMA Negeri 09 Kota Pekanbaru” telah diuji dan dipertahankan di depan tim penguji pada Jurusan Gizi Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau pada 26 September 2023.

Seminar Proposal

Hari/tanggal : Selasa/ 28 Juni 2022
 Waktu : 11.00 s/d 12.00 WIB
 Tempat : GF.III.01
 Tim penguji : 1. Novfitri Syuryadi, S.Gz., M. Si
 2. Dr. Tahrir Aulawi, S.Pt., M. Si
 3. Yanti Ernalia, Dietesien, M.P.H
 4. Sofya Maya, S.Gz., M. Si

Seminar Hasil

Hari/tanggal : Selasa/ 30 Mei 2023
 Waktu : 09.30 s/d 10.30 WIB
 Tempat : GF.II.01
 Tim penguji : 1. Novfitri Syuryadi, S.Gz., M. Si
 2. Dr. Tahrir Aulawi, S.Pt., M. Si
 3. Yanti Ernalia, Dietesien, M.P.H
 4. Sofya Maya, S.Gz., M. Si

Munaqasah

Hari/tanggal : Selasa/ 26 September 2023
 Waktu : 13.00 s/d 14.30 WIB
 Tempat : GF. II. Muna 01
 Tim penguji : 1. drg. Hj. Nur Pelita Sembiring, M.K.M (Ketua)
 2. Dr. Tahrir Aulawi, S.Pt., M. Si (Sekretaris)
 3. Novfitri Syuryadi, S.Gz., M. Si (Anggota)
 4. Yanti Ernalia, Dietesien, M.P.H (Anggota)
 5. Sofya Maya, S.Gz., M, Si (Anggota)

Lulus pada Tanggal : 26 September 2023

No Alumni Gizi : G190308 260923 44

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Mia Apriyani
Nim : 11980324467
Tempat/tanggal lahir : Tembilahan 22 April 2000
Fakultas : Pertanian dan Peternakan
Prodi : Gizi
Judul skripsi : Hubungan *Body Image* dan Perilaku Makan dengan Status Gizi Remaja di SMA Negeri 9 Kota Pekanbaru

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa :

1. Penulis skripsi dengan judul sebagaimana tersebut atas hasil pemikiran dan penelitian saya sendiri
2. Semua kutipan pada karya tulis ini sudah disebutkan sumbernya
3. Oleh karena itu skripsi saya ini, saya nyatakan bebas dari plagiat
4. Apabila di kemudian hari terbukti terdapat plagiat dalam penelitian skripsi saya tersebut, maka saya bersedia menerima sanksi semua peraturan perundang-undangan

Demikianlah surat pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran dan tanpa ada pihak paksaan dari pihak manapun juga.

Pekanbaru September 2023
Yang membuat pernyataan



Mia Apriyani
NIM : 11980324467

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

RIWAYAT HIDUP



Mia Apriyani lahir pada Tanggal 22 April 2000 di Tembilahan Kabupaten Indragiri Hilir. Lahir dari pasangan Ayahanda Jahidi dan Ibunda Mariani, merupakan anak ke lima dari 5 bersaudara. Tahun 2007 masuk sekolah dasar di SD Negeri 009 Tembilahan Hulu Kabupaten Indragiri Hilir dan tamat pada tahun 2013.

Tahun 2013 melanjutkan sekolah di MTsN 094 Tembilahan, Kecamatan Tembilahan, Kabupaten Indragiri Hilir dan tamat tahun 2016. Kemudian melanjutkan pendidikan di MAN 1 Indragiri Hilir Kecamatan Tembilahan, di Kabupaten Indragiri Hilir, Provinsi Riau dan lulus pada tahun 2019.

Pada tahun 2019 melalui jalur SBMPTN diterima menjadi mahasiswa pada Program Studi Gizi di Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Pada Bulan Juli sampai dengan Agustus 2022 penulis melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Desa Pulau Palas Kecamatan Tembilahan, Kabupaten Indragiri Hilir, Provinsi Riau.

Pada Bulan September sampai dengan November 2022 melaksanakan praktek kerja lapangan (PKL) Gizi Institusi di Rotte Soebrantas Panam, PKL Dietetik di Rumah Sakit Puri Husada Tembilahan, dan PKL Gizi Masyarakat di Puskesmas Pekanbaru Kota.

Pada Bulan Januari 2023 Penulis melaksanakan penelitian dengan judul “Hubungan *Body Image* dan Perilaku Makan dengan Status Gizi Remaja di SMA Negeri 9 Kota Pekanbaru” di Jl. Semeru No.12, Rintis, Kec. Lima Puluh, Kota Pekanbaru, Riau 28156 di bawah bimbingan Ibu Novfitri Syuryadi, S. Gz, M. Si. dan Bapak Dr. Tahrir Aulawi, S. Pt., M. Si

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji syukur penulis ucapkan kehadirat Allah Subhanahu Wata'ala yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya. Sholawat serta salam dikirimkan kepada Nabi Muhammad SAW. Alhamdulillah dengan nikmat dan hidayah-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “ **Hubungan *Body Image* dan Perilaku Makan dengan Status Gizi Remaja di SMA Negeri 9 Kota Pekanbaru**” sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Gizi di Fakultas Pertanian dan Peternakan di Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak mungkin terselesaikan tanpa adanya dukungan, bimbingan, dan nasehat dari berbagai pihak selama penyusunan skripsi ini. Pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih setulus-tulusnya kepada :

1. Kedua orang tua yang paling disayang Ayahanda Jahidi dan Ibunda Mariani. Terima kasih atas kasih sayang dan restu yang selalu mengiringi langkah kaki penulis dan telah memberikan motivasi, mendo'akan memberikan dukungan serta materi yang luar biasa kepada penulis. Semoga Allah Subbhanahu Wata'ala selalu melindungi, membalas dan meridhoi segala ketulusan pengorbanan yang telah diberi. Serta kepada kakak (Sri Hartati, S.Pd.I) abang (Bobi Setiawan, M.Sc) kakak (Desi Susanti S.Pd) dan Abang (Dian Pasianda) yang telah senantiasa memberikan motivasi, mendo'akan dan bantuan yang sangat luar biasa kepada penulis.
2. Bapak Prof. Dr. Hairunas, M.Ag selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
3. Bapak Dr. Arsyadi Ali, S. Pt, M.Agr.Sc. selaku dekan, Bapak Dr, Irwan Taslapratama, M.Sc., selaku Wakil Dekan I, Bapak Dr. Zufahmi, S.Hut selaku Wakil Dekan II, Bapak Dr. Syukria Ikhsan Zam, M.Si selaku Wakil Dekan III Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

4. Ibu drg. Hj. Nur Pelita Sembiring, M.K.M sebagai Ketua Program Studi Gizi Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
5. Ibu Novfitri Syuryadi, S. Gz, M. Si selaku Dosen Pembimbing I dan Bapak Dr. Tahrir Aulawi, S. Pt., M. Si selaku Dosen Pembimbing II sekaligus sebagai pembimbing akademik yang senantiasa memberikan arahan, masukan nasehat, semangat serta motivasi selama penulis menyelesaikan skripsi.
6. Ibu Yanti Ernalia, M.P.H. dan Ibu Sofya Maya, S.Gz., M.Si. selaku dosen penguji atas kritik dan saran yang sangat membantu dalam penyelesaian skripsi.
7. Seluruh Dosen, karyawan dan civitas akademik Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau yang telah membantu penulis dalam mengikuti aktivitas perkuliahan.
8. Ibu Dra. Hj. Zuraida selaku kepala sekolah dan Ibu Irna Wati selaku humas SMA Negeri 9 Kota Pekanbaru yang telah memberikan izin penelitian dan informasi demi kelancaran tugas akhir skripsi ini.
9. Sahabat tersayang Nugroho Febriandi, S.P Atifa Aliya Nur Rahmah, Waode Nur Muhsinah S.Pd. Sintia Daniati Puspita, Nabila Qadira Az-zahra, Maisyaroh dan teman-teman seperjuangan lainnya yang telah membantu dalam penelitian, menemani setiap langkah, memberikan semangat, motivasi kepada penulis baik pada saat perkuliahan maupun pada saat penyusunan skripsi.

Segala peran dan partisipasi yang telah diberikan mudah-mudahan Allah SWT membalas dengan imbalan pahala yang berlipat ganda semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi kita semua. Aamiin Ya Rabbalalamin.

UIN SUSKA RIAU
Pekanbaru, September 2023

Penulis

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan kesehatan dan keselamatan kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi penelitian dengan judul “ **Hubungan *Body Image* dan Perilaku Makan dengan Status Gizi Remaja di SMA Negeri 9 Kota Pekanbaru**”. Skripsi dibuat sebagai syarat untuk melaksanakan penelitian.

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Ibu Novfitri Syuryadi, S. Gz, M. Si. Sebagai dosen pembimbing I dan Bapak, Dr. Tahrir Aulawi, S. Pt., M. Si Sebagai dosen pembimbing II yang telah banyak memberikan bimbingan, petunjuk dan motivasi sampai selesainya skripsi penelitian ini. Kepada seluruh rekan-rekan yang telah banyak membantu penulis di dalam penyelesaian skripsi penelitian ini, yang tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu, penulis ucapkan terima kasih dan semoga mendapatkan balasan dari Allah SWT untuk kemajuan kita semua dalam menghadapi masa depan nanti.

Penulis sangat mengharapkan kritik dan saran dari pembaca demi kesempurnaan penulisan skripsi ini. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi kita semua baik untuk masa kini maupun untuk masa yang akan datang .

Pekanbaru, September 2023

Penulis

UIN SUSKA RIAU

HUBUNGAN *BODY IMAGE* DAN PERILAKU MAKAN DENGAN STATUS GIZI REMAJA DI SMA NEGERI 9 KOTA PEKANBARU

Mia Apriyani (11980324467)

Di bawah bimbingan Novfitri Syuryadi dan Tahrir Aulawi

INTISARI

Masalah gizi kurang dan gizi lebih adalah masalah yang masih sering terjadi di usia remaja terutama pada remaja putri. Banyak faktor yang menyebabkan status gizi remaja putri seperti perilaku makan dan *body image*. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *body image* dan perilaku makan dengan status gizi remaja di SMA Negeri 9 Kota Pekanbaru. Penelitian dilaksanakan Bulan Januari 2023. Metode penelitian menggunakan *cross-sectional study* dilakukan pada 74 siswi kelas XI di SMA Negeri 9 Kota Pekanbaru. Kriteria inklusi pada penelitian adalah siswi sedang tidak menjalani diet khusus. Teknik pengambilan sampel menggunakan simple random sampling. Pengumpulan data penelitian menggunakan kuesioner *body image* (BSQ-34) dan kuesioner *dutch eating behavior questionnaire* dan pengukuran antropometri. Analisis data menggunakan uji korelasi *spearman* ($\alpha=0,05$). Hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa lebih dari separuh responden memiliki *body image* positif (72%), perilaku makan yang cukup (58%) dan status gizi normal (64%). Tidak ada hubungan *body image* dengan status gizi pada remaja di SMA 9 Kota Pekanbaru ($p>0,378$) dan tidak ada hubungan perilaku makan dengan status gizi remaja di SMA 9 Kota Pekanbaru ($p>0,605$). Kesimpulan menunjukkan tidak terdapat hubungan antara *body image* dan perilaku makan dengan status gizi remaja.

Kata kunci: *body image*, remaja, perilaku makan, status gizi.

**THE CORRELATION BETWEEN BODY IMAGE AND EATING BEHAVIOR
WITH THE NUTRITIONAL STATUS OF ADOLESCENTS
IN HIGH SCHOOL 9 PEKANBARU CITY**

Mia Apriyani (11980324467)

Under guidance Novfitri Syuryadi dan Tahrir Aulawi

ABSTRACT

Malnutrition is a problem that often happens at young age, especially in teenage girls. There are many factors that affect the nutritional status of teenage girls, such as eating behavior and body image. The aim of this study was to find out the correlation between body image and eating behavior with the nutritional status of adolescents in High School 9 Pekanbaru City. This study was conducted in January 2023. The research method used was a cross-sectional study carried out on 74 female students in the 12th grade in High School 9 Pekanbaru City. The inclusion criteria of this study were female students who were not on a particular diet. The sampling technique used simple random sampling. The data collection for this study used a body image questionnaire (BSQ-34), a Dutch eating behavior questionnaire, and anthropometric measurements. Data analysis used the Spearman's correlation test ($\alpha = 0.05$). The results of this study showed that more than half of respondents have a positive body image (72%), adequate eating behavior (58%), and normal nutritional status (64%). The spearman's test showed that there was not significant correlation between body image and the nutritional status of adolescents in High School 9 Pekanbaru City ($p > 0.378$), and there was not correlation between eating behavior and the nutritional status of adolescents in High School 9 Pekanbaru City ($p > 0.605$). In conclusion, there was not correlation between body image and eating behaviors related to adolescents' nutritional status.

Keywords: adolescent, body image, eating behavior, nutritional status.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

DAFTAR ISI

	Halaman
KATA PENGANTAR	IX
ABSTRAK	X
DAFTAR ISI	XI
DAFTAR TABEL	XII
DAFTAR GAMBAR	XIV
DAFTAR SINGKATAN	XV
DAFTAR LAMPIRAN	XVI
I. PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Tujuan Penelitian	4
1.3. Manfaat Penelitian	4
1.4. Hipotesis	4
II. TINJAUAN PUSTAKA	5
2.1. Remaja	5
2.2. <i>Body Image</i>	6
2.3. Perilaku Makan Remaja	10
2.4. Status Gizi	13
Kerangka Pemikiran	17
III. METODE PENELITIAN	19
3.1. Tempat dan Waktu	19
3.2. Konsep Operasional	19
3.3. Metode Pengambilan Sampel	19
3.4. Analisis Data	21
IV. HASIL DAN PEMBAHASAN	26
4.1. Gambaran Umum SMA Negeri 9 Pekanbaru	26
4.2. Gambaran Umum Responden	27
4.3. Analisis univariat	29
4.4. Analisis bivariat	33
V. PENUTUP	39
5.1. Kesimpulan	39
5.2. saran	39
DAFTAR PUSTAKA	40
LAMPIRAN	48
	XII

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
2.1. Klasifikasi Status Gizi Berdasarkan IMT	16
3.1. Definisi Operasional	19
3.2. Jenis dan Kategori pengukuran variabel	23
3.3. Blue Print Kuesioner <i>Body Image</i>	23
3.4. Blue Print Kuesioner Perilaku Makan	24
4.1. Distribusi Responden Berdasarkan Usia	27
4.2. Distribusi Responden Berdasarkan Uang Saku	28
4.3. Distribusi Responden Berdasarkan <i>Body Image</i>	29
4.4. Distribusi Responden Berdasarkan Perilaku Makan	30
4.5. Distribusi Responden Berdasarkan Status Gizi	32
4.6. Hasil Uji Hubungan <i>Body Image</i> dengan Status Gizi	34
4.7. Hasil Uji Hubungan Perilaku Makan dengan Status Gizi	36

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

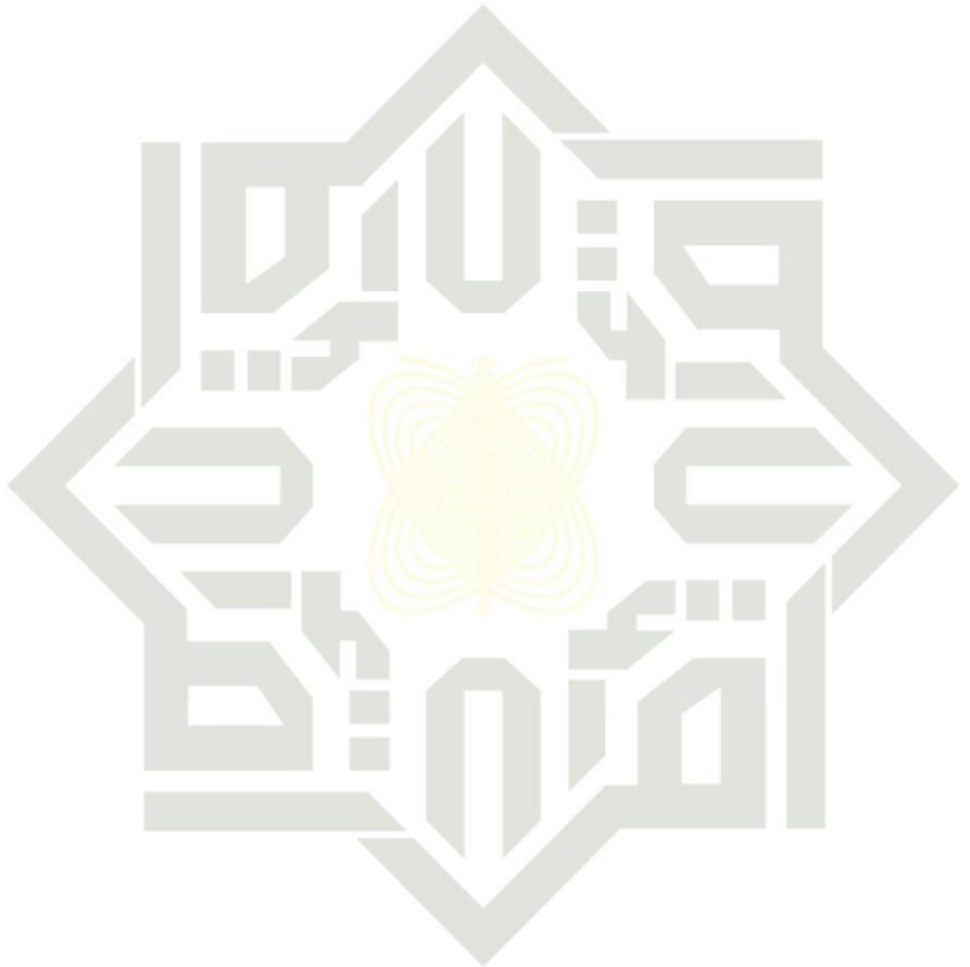
DAFTAR GAMBAR

Gambar

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Pemikiran	18
Gambar 2. Sekolah SMA Negeri 9 Kota Pekanbaru	26

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

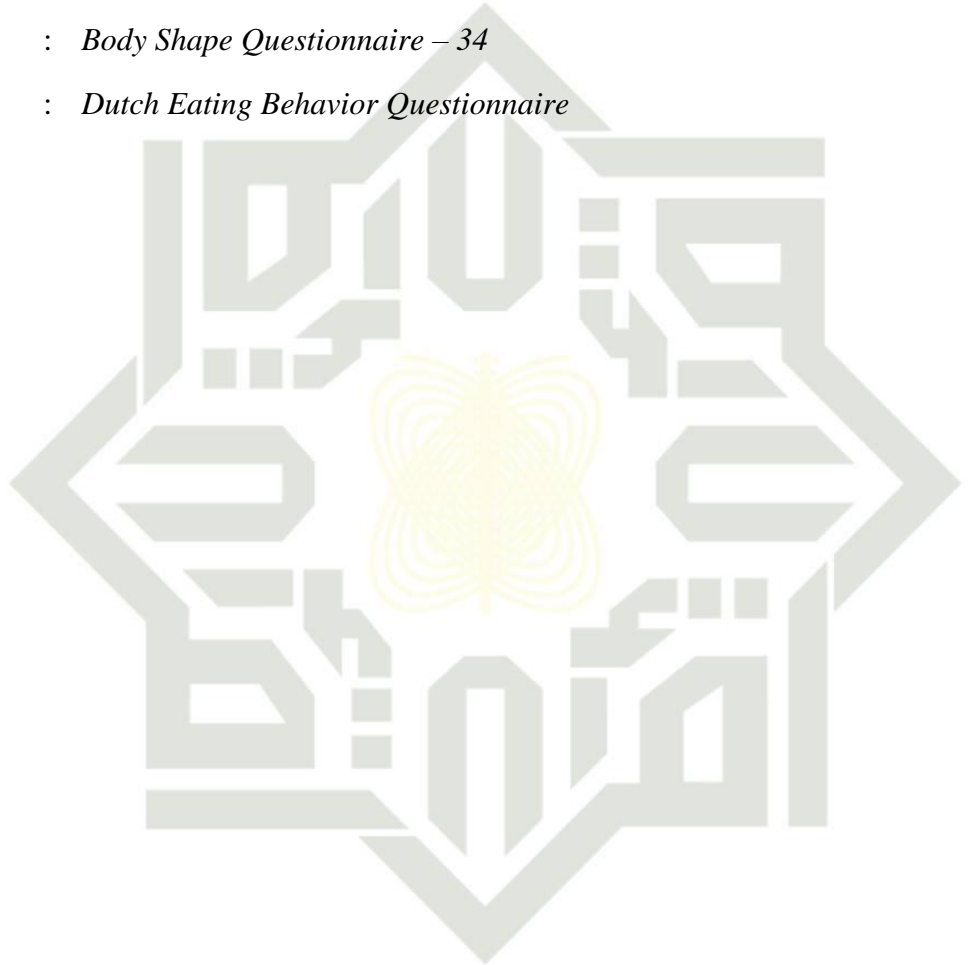
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

DAFTAR SINGKATAN

WHO	:	<i>World Health Organization</i>
RISKESDAS	:	Riset Kesehatan Dasar
IMT	:	Indeks Massa Tubuh
U	:	Umur
BQ-34	:	<i>Body Shape Questionnaire – 34</i>
DEBQ	:	<i>Dutch Eating Behavior Questionnaire</i>



UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
Lampiran 1 Kuesioner Penelitian	48
Lampiran 2 Kuesioner Perilaku Makan	49
Lampiran 3 Surat Izin Riset	52
Lampiran 4 Surat Keterangan Layak Etik (<i>Ethical Clearance</i>)	53
Lampiran 5 Dokumentasi Penelitian	54
Lampiran 6 Data Mentah	55
Lampiran 7 Analisis Data	56

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

I. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Remaja merupakan masa yang penting dalam kehidupan manusia karena merupakan masa transisi dari masa anak-anak menuju masa dewasa. Masa remaja terjadi pada usia 10 sampai 19 tahun yang dibagi menjadi dua periode, yaitu masa remaja awal (10-14 tahun) dan masa remaja akhir (15-19 tahun). Masa remaja ditandai dengan adanya perubahan signifikan terhadap fisik seiring terjadinya pubertas yang menyebabkan peningkatan kebutuhan energi dan zat gizi. Remaja juga mengalami perubahan secara psikis, kognitif, sosial, emosi, serta membentuk identitas, sikap, dan nilai diri yang dapat berpengaruh terhadap kesehatan serta pola hidup (WHO, 2018).

Menurut WHO (2016), lebih dari 340 juta anak remaja berusia 5-19 tahun mengalami kelebihan berat badan atau obesitas pada tahun 2016. Prevalensi kelebihan berat badan obesitas di antara anak-anak dan remaja di dunia berusia 5-19 tahun meningkat secara pesat dari 4% pada tahun 1975 menjadi 18% pada tahun 2016.

Berdasarkan hasil Riskesdas 2018, menunjukkan bahwa prevalensi status gizi remaja di Indonesia usia 13-15 tahun sebanyak 1,9% sangat kurus, 6,8% kurus, 75,3% normal 11,2% gemuk dan 4,8% obesitas. Prevalensi status gizi remaja di Indonesia usia 16-18 tahun sebanyak 1,4% sangat kurus, 6,7% kurus, 78,3% normal 9,5% gemuk dan 4,0% obesitas. Provinsi Riau yang memiliki jumlah penduduk sebanyak 6,835 juta orang prevalensi status gizi di Provinsi Riau yaitu 1,5% sangat kurus, 6,5 % kurus, 80,4% normal, 7,1% gemuk, 4,5% obesitas. Pada Kota Pekanbaru Provinsi Riau Prevalensi status gizi menurut IIT/U pada remaja adalah 3,69% sangat kurus, 7,46% kurus, 73,09% normal, 8,96% gemuk dan 6,8% obesitas (Riskesdas Riau, 2018).

Masalah gizi yang ditemukan pada remaja di Indonesia meliputi masalah gizi kurang dan gizi lebih. Berdasarkan data Riskesdas (2018), prevalensi status gizi kurus pada remaja usia 16-18 tahun ditemukan sebesar 6,7% dan 9,5% dengan status gizi gemuk. Ditemukan pula prevalensi yang tinggi pada status gizi kurus (7,46%) dan gemuk (8,96%) pada remaja di Kota Pekanbaru.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Status gizi remaja dipengaruhi oleh beberapa faktor. Diantaranya yaitu *body image* dan perilaku makan. *Body image* adalah persepsi, pikiran dan perasaan seseorang tentang bentuk dan ukuran tubuhnya (Masitah dkk, 2018). Perilaku makan cara seseorang dalam berfikir, berpengetahuan, dan berpandangan mengenai makanan yang dapat dinyatakan dalam bentuk tindakan dan memilih makanan (Lomanjaya dan Soegiono, 2013).

Masalah gizi pada usia remaja sangat berkaitan erat dengan gaya hidup dan perilaku makan yang juga berkaitan erat dengan perubahan fisik dan kebutuhan energi remaja. Beberapa masalah gizi yang sering ditemui pada remaja seperti kegemukan, kurang energi kronis, anemia, dan gangguan makan. Remaja yang memiliki gangguan makan diakibatkan oleh *body image* negatif. Pada dasarnya gangguan makan atau *eating disorders* adalah gangguan mental yang mengganggu perilaku makan dan menyebabkan penderitanya memiliki perhatian yang berlebihan mengenai berat badan (Februhartanty dkk, 2019).

Perubahan fisik pada pertumbuhan remaja berlangsung dengan cepat dan dalam waktu yang relatif singkat, akan tetapi pertumbuhan ini bersifat individual, tergantung pada konsumsi gizi yang diasupnya. Perubahan fisik lainnya ditandai dengan penambahan berat badan yang juga relatif cepat. Pertumbuhan fisik ini juga diikuti dari dalam tubuh remaja, yaitu masa otot bertambah beserta dengan kekuatannya (Mardalena, 2017).

Ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh ini dapat mempengaruhi perubahan gaya hidup dan perilaku makan remaja. Aktivitas yang tinggi, baik di sekolah maupun di luar sekolah menyebabkan makan menjadi tidak teratur. Biasanya remaja melewatkan waktu makan pagi dan makan siang dan tidak jarang mereka makan di luar rumah dengan komposisi gizi yang tidak seimbang. Konsumsi makanan berpengaruh terhadap status gizi remaja. Status gizi baik atau status gizi optimal terjadi bila tubuh memperoleh cukup zat-zat gizi yang digunakan secara efisien, sehingga memungkinkan pertumbuhan fisik dan perkembangan otak, kemampuan kerja dan kesehatan secara umum pada tingkat setinggi mungkin. Status gizi kurang terjadi bila tubuh mengalami kekurangan satu atau lebih zat-zat gizi esensial. Status gizi lebih terjadi bila tubuh memperoleh zat-zat gizi dalam

jumlah berlebihan, sehingga dapat menimbulkan efek yang membahayakan (Rahayu dkk, 2019).

Menurut Aritonang dkk. (2016) status gizi disebabkan oleh beberapa faktor yang mempengaruhi secara langsung atau tidak langsung. Kebiasaan makan secara langsung mempengaruhi status gizi. Kebiasaan makan sebagai salah satu indikator gaya hidup, memiliki pengaruh terhadap status gizi remaja di Indonesia. Kebiasaan diet yang buruk dapat menyebabkan kenaikan berat badan. Status gizi remaja sangat dipengaruhi oleh seberapa besar asupan zat gizi yang dikonsumsi. Agar terjadinya pertumbuhan fisik, komposisi tubuh, perkembangan psikologis, dan *body image* yang baik, perkembangan otak yang sempurna, kemampuan kerja dan peningkatan kesehatan diperlukan asupan zat gizi yang optimal sehingga dapat memperoleh status gizi yang baik pula.

SMA Negeri 9 Kota Pekanbaru adalah SMA Negeri yang terletak di pusat Kota Pekanbaru, sehingga disebut sebagai salah satu sekolah yang favorit dan bergengsi di Kota Pekanbaru. Karena memiliki prestasi yang sangat membanggakan baik dalam bidang akademik maupun dalam bidang ekstrakurikuler. Siswa berasal dari tingkat sosial ekonomi yang berbeda-beda, berada dalam rentang usia 15-18 tahun yang termasuk dalam kategori usia remaja menengah, yang memiliki bakat dalam bidang kesenian seperti *modelling*, tari, menyanyi hingga berakting yang mana sangat memperhatikan penampilan.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang terkait dengan analisis hubungan *body image* dan perilaku makan dengan status gizi remaja di SMA Negeri 9 Kota Pekanbaru.

1.2. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui hubungan *body image* dan perilaku makan dengan status gizi remaja di SMA Negeri 9 Kota Pekanbaru.

1.3. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian adalah sebagai sumber informasi ilmiah mengenai hubungan *body image* dan perilaku makan dengan status gizi remaja di SMA Negeri 9 Kota Pekanbaru.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

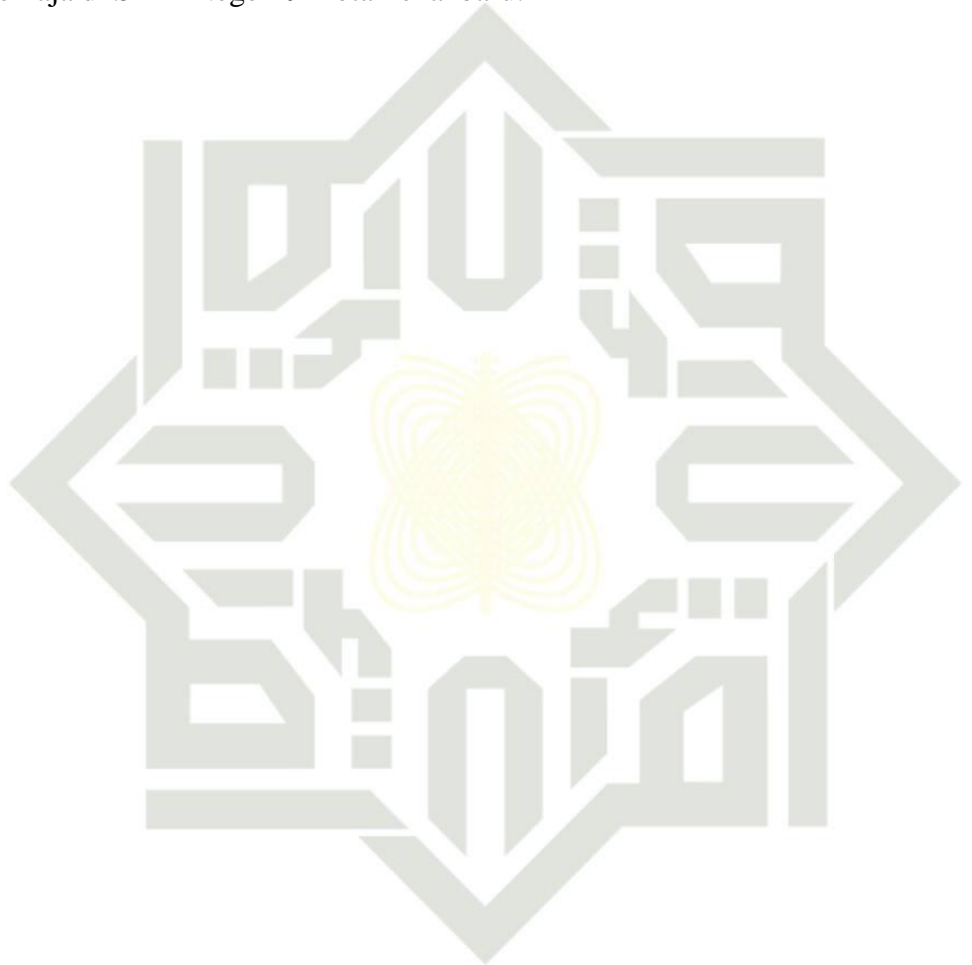
Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hipotesis

Hipotesis penelitian ini adalah :

1. Terdapat hubungan antara *body image* dengan status gizi pada remaja di SMA Negeri 9 Kota Pekanbaru.
2. Terdapat hubungan antara perilaku makan dengan status gizi pada remaja di SMA Negeri 9 Kota Pekanbaru.



UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Diarangi mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

II. TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Remaja

Istilah “remaja” dalam bahasa Inggris dikenal dengan *adolescence*, yang berarti masa remaja. Istilah “*adolescence*” berasal dari bahasa Latin “*adolescere*”, “*adulescentis*”, kata bendanya “*adolescencia*”, yang berarti “kedewasaan”, tumbuh menjadi dewasa atau dalam perkembangan menjadi dewasa. Istilah ini kemudian digunakan sebagai konsep psikologi untuk menunjuk pada periode tertentu dari siklus kehidupan manusia, yaitu periode antara masa kanak-kanak dan masa dewasa atau yang lazim disebut sebagai masa transisi dalam rentang kehidupan manusia, yang menghubungkan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa (Desmita, 2016).

Masa remaja merupakan masa yang sangat penting dari proses pertumbuhan dan perkembangan manusia. Pada masa ini juga memiliki tantangan tersendiri, dimana remaja dianggap sudah lebih mapan dibandingkan masa sebelumnya yakni saat menjadi masa kanak-kanak, namun disatu sisi remaja dianggap belum sepenuhnya dapat bertanggung jawab. Masa remaja adalah masa mencari jati diri, menemukan siapa mereka dan arah tujuan hidupnya. Kondisi ini yang menyebabkan remaja sering kali mengidentifikasi dirinya dengan teman sebaya, karena apa yang dilakukannya akan diterima dan diakui keeksistensinya oleh teman-temannya. Pada masa remaja, peran teman sebaya sebagai lingkungan terdekat dengan anak akan sangat mempengaruhi perilaku positif maupun negatif yang ditampilkan anak (Handayani dkk, 2020).

2.1.1. Batasan Usia Remaja

Menurut WHO batasan usia remaja berdasarkan usia, masa remaja terbagi atas masa remaja awal (*early adolescence*) berusia 10-13 tahun, masa remaja tengah (*middle adolescence*) berusia 14-16 tahun, dan masa remaja akhir (*late adolescence*) berusia 17-19 tahun. Meskipun rentang usia remaja bervariasi terkait dengan lingkungan budaya dan historinya, kini di Amerika Serikat dan sebagian besar budaya lainnya, masa remaja dimulai sekitar usia 10 sampai 13 tahun dan berakhir di usia sekitar 18-22 tahun. Perubahan biologis, kognitif dan emosional yang dialami remaja, dapat berkisar mulai dari perkembangan fungsi seksual

sampai hingga proses berfikir abstrak hingga kemandirian. Masa remaja merupakan bagian dari rangkaian kehidupan, dan bukan merupakan suatu periode perkembangan yang tidak berkaitan dengan periode-periode lainnya (Dieny, 2014).

2.1.2. Ciri Ciri Remaja

Masa remaja merupakan masa perubahan. Pada masa ini seseorang akan mengalami perubahan dan perkembangan yang sangat pesat baik secara fisik maupun psikologis. Menurut Umami (2019) ada delapan ciri khas perkembangan remaja sebagai berikut yaitu: 1) Mengalami perubahan fisik pertumbuhan paling pesat, dibandingkan dengan periode perkembangan sebelum maupun sesudahnya. Pertumbuhan fisik pada permulaan remaja sangat cepat. Tulang-tulang badan memanjang lebih cepat sehingga tubuh nampak makin besar dan kokoh. Demikian juga jantung, pencernaan, ginjal dan berbagai organ tubuh bagian dalam bertambah kuat dan berfungsi sempurna. 2) Memiliki energi yang berlimpah secara fisik dan psikis yang mendorong mereka untuk berprestasi dan beraktivitas. Periode remaja merupakan periode paling kuat secara fisik dan paling kreatif secara mental sepanjang periode kehidupan manusia. 3) Memiliki fokus perhatian lebih terarah kepada teman sebaya dan secara berangsur melepaskan diri dari keterikatan dengan keluarga terutama orang tua. Keinginan yang kuat untuk melepaskan diri dari orang tua belum dibarengi dengan kemampuannya untuk mandiri dalam bidang ekonomi. 4) Memiliki ketertarikan yang kuat dengan lawan jenis. Pada periode ini, remaja sudah mulai mengenal hubungan lawan jenis bukan hanya sekedar sebagai kawan. Akan tetapi, hubungan sudah mulai cenderung mengarah kepada saling menyukai. 5) Memiliki keyakinan kebenaran tentang keagamaan. Pada masa ini, remaja berusaha menemukan kebenaran yang hakiki. Apabila remaja mampu menemukannya dengan cara yang baik dan benar, maka ia akan memperoleh ketenangan dan sebaliknya merasa tidak menemukan kebenaran hakiki, keyakinan tentang agama akan menjadi goyah. 6) Memiliki kemampuan untuk menunjukkan kemandirian. Kemandirian remaja, biasanya ditunjukkan pada kemampuan mereka dalam mengambil keputusan terkait dengan kegiatan aktivitas mereka. 7) Berada pada periode transisi antara kehidupan masa kanak-kanak dan kehidupan orang dewasa. Oleh karena itu mereka akan mengalami

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

berbagai kesulitan dalam hal menyesuaikan diri untuk menempuh kehidupan sebagai orang dewasa, mereka bingung dalam menghadapi diri sendiri dan sikap orang-orang disekitar mereka yang kadang memperlakukan mereka sebagai anak, namun disisi lain menuntut mereka bertingkah laku dewasa. Pada waktu tertentu orang tua menganggap mereka terlalu muda untuk terlibat dalam suatu kegiatan (misalnya untuk menyetir mobil ke luar kota) namun pada waktu lain mereka diminta berperilaku sebagai orang dewasa, misalnya pengganti ayah. Diyakini bahwa ketidakmenentuan perlakuan orang dewasa terhadap remaja mengalami konflik peran, terombang ambing dalam menentukan peran dan mereka tidak stabil dan sulit diperkirakan tindakan mereka. 8) Pencarian identitas diri. Pencarian identitas diri merupakan suatu kekhasan perkembangan remaja untuk mengatasi periode transisi seperti yang dikemukakan sebelumnya. Remaja ingin menjadi seorang yang dianggap benar dalam menghadapi kehidupan. Oleh karena itu, remaja memerlukan keyakinan hidup yang benar untuk mengarahkan mereka dalam betingkah laku.

2.2. *Body Image*

Body image adalah gambaran atau persepsi seseorang atau individu terhadap dirinya sendiri (apakah termasuk tubuh yang ideal) dan apa yang seseorang atau individu tersebut inginkan dan lakukan terhadap dirinya sendiri sebagai bentuk penyesuaian persepsi-persepsi orang lain tentang bentuk tubuh (Pratiwi, 2021). Menurut Sari dkk (2023) *body image* merupakan pengalaman individu dalam bentuk persepsi tinggi dan berat badan, dan perilaku yang mengarah ke penilaian personal terhadap penampilannya, sedangkan persepsi lainnya bahwa pencitraan adalah sikap atau persepsi merasa puas dan tidak puas dengan orang atau individu tertentu.

Body image dibagi menjadi *body image* positif dan *body image* negatif, seseorang yang memiliki *body image* positif akan puas terhadap dirinya sendiri, merasa nyaman, dan percaya diri sehingga tidak sibuk memikirkan bagaimana membatasi makanan untuk menjaga berat badannya agar tetap ideal. Seseorang yang *body image* negatif menganggap tubuhnya tidak menarik, malu dan tidak percaya diri terhadap bentuk tubuhnya sendiri (Prihaningtyas, 2013).

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2.2.1. Aspek –Aspek *Body Image*

Menurut Mac dan macbeth, (2004) mengemukakan tujuh aspek dari *body image*, yaitu : *Physical attractiveness* adalah penilaian seseorang mengenai tubuh dan bagian tubuhnya wajah, tangan, kaki, bahu, dan lain-lain apakah menarik atau tidak. *Body image satisfaction* adalah perasaan puas atau tidaknya seseorang terhadap ukuran tubuh, bentuk tubuh, dan berat badan. *Body image importance* adalah penilaian seseorang mengenai penting atau tidaknya *body image* dibandingkan hal lain dalam hidup seseorang. *Body image concealment* adalah usaha seseorang untuk menutupi bagian tubuhnya (wajah, tangan, kaki, bahu, dan lain-lain) yang kurang menarik dari pandangan orang lain dan menghindari diskusi tentang ukuran dan bentuknya yang kurang menarik. *Body image improvement* adalah usaha seseorang untuk meningkatkan atau memperbaiki bentuk, ukuran, dan berat badannya sekarang. *Social physique anxiety* adalah perasaan cemas seseorang akan pandangan orang lain tentang tubuh dan bagian tubuhnya yang kurang menarik jika berada di tempat umum *Appearance comparison* adalah perbandingan yang dilakukan seseorang akan berat badan, ukuran tubuh dan bentuk badannya dengan berat badan, ukuran tubuh dan bentuk tubuh orang lain (Hamdani, 2019).

2.2.2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Body Image*

Body image memiliki beberapa faktor yang mempengaruhi yaitu : 1) Usia Remaja dengan rentang usia 13-20 tahun mengalami perkembangan yang pesat akan identitas, gambar diri, dan peran ini pada tahap perkembangan menurut Erikson. Pada tahap ini, *body image* menjadi penting (Papalia dan Olds, 2001). Hal ini berdampak pada usaha berlebihan pada remaja untuk mengontrol berat badan. Umumnya terjadi pada remaja putri, yang mengalami kenaikan berat badan pada masa pubertas dimana remaja putri merasa tidak senang akan penampilannya dan menyebabkan gangguan pola makan (Chairiah, 2012). 2) Teman sebaya Pengaruh teman sebaya juga merupakan salah satu faktor remaja putri mempunyai pandangan yang salah terhadap bentuk tubuh yang pada akhirnya berdampak pada penyimpangan perilaku makan. Penelitian Kurnianingsih (2009) menunjukkan bahwa sebesar 33,2% responden mengungkapkan bahwa mereka sering mendapatkan kritik mengenai berat badan dari teman sebayanya. Penurunan berat

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

badan juga lebih banyak dilakukan oleh responden yang mendapat pengaruh dari teman sebaya yaitu sebesar 49,1% dibandingkan dengan responden yang tidak mendapat pengaruh dari teman sebaya (Nomate dkk, 2017). 3) Orang tua memiliki peran yang sangat penting dalam penanaman pesan sosiokultural mengenai tubuh ideal remaja. Menurut teori *social learning*, orang tua adalah model paling utama dalam proses sosialisasi sehingga mempengaruhi citra tubuh anak-anak melalui *modeling, feedback*, dan instruksi (Indika, 2010). 4) Media massa Jejaring sosial dapat digunakan untuk memperlihatkan foto-foto yang dapat disunting terlebih dahulu oleh penggunanya. Hal tersebut berkaitan dengan *body image* individu. *Body image* adalah persepsi dan sikap individu terutama tubuhnya sendiri, terutama penampilannya secara fisik. Isi tayangan media sering memperlihatkan bahwa standar kecantikan wanita yang menarik adalah tubuh yang kurus. Hal ini membuat para wanita percaya bahwa citra tubuh ideal yang menarik dengan menjadi kurus. Majalah wanita terutama majalah *fashion*, film dan televisi menyajikan gambar figur kurus yang ideal sehingga menyebabkan banyak wanita merasa tidak puas dengan dirinya yang berdampak pada gangguan makan (Rozika dan Ramdhani, 2016).

2.2.3. Gangguan *Body Image*

Gangguan makan adalah penyakit kronis ke -3 yang paling sering ditemukan pada remaja perempuan yaitu 1,5-5 persen. Jenis gangguan makan yang sering ditemukan adalah *anorexia nervosa* dan *bulimia nervosa*. Secara umum, *anoreksia nervosa* ditandai dengan berat badan yang sangat rendah disertai dengan obsesi tubuh yang kurus dan membatasi ketat asupan makanan. *Bulimia nervosa* ditandai dengan berat badan yang mendekati normal disertai dengan episode makan yang tidak terkontrol (*bingeing*) dan usaha keras untuk mengeluarkan kalori dari dalam tubuh (*purging*) Remaja memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami gangguan makan dan berisiko komplikasi yang lebih berat. Dampak dari malnutrisi jangka panjang pada remaja antara lain gangguan pertumbuhan, gangguan perkembangan otak, dan gangguan pematangan tulang yang bersifat *irreversible* (Yulia, 2014).

Salah satu pemicu terjadinya gangguan makan pada remaja yaitu adanya persepsi negatif atau *body image* negatif. *Body image* negatif merupakan suatu

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

persepsi terhadap bentuk tubuh sendiri dimana adanya keyakinan bahwa bentuk tubuh yang dimiliki tidak sesuai dengan bentuk tubuh yang diinginkan atau tidak lebih menarik dari tubuh orang lain. Adanya persepsi mengenai bentuk tubuh pada remaja dapat disebabkan karena masa remaja merupakan masa dimana terjadinya percepatan pertumbuhan yang mengakibatkan adanya perubahan fisik, psikologis, dan kognitif (Ammar dan Nurmala, 2020).

2.2.4. Pengukuran *Body Image*

Penilaian *body image* yang dilakukan dengan menggunakan pertanyaan yang sederhana kepada kelompok sasaran tentang bagaimana mereka mempersepsikan diri mereka sendiri, apa yang mereka pikirkan dan khawatirkan tentang tubuhnya. Status citra tubuh atau *body image* ditetapkan dengan mengajukan 10 pertanyaan kepada responden. Skor jawaban adalah 1 untuk yang menjawab tidak pernah, 2 untuk yang menjawab kadang-kadang dan 3 untuk yang menjawab sering/selalu. Penilaian *body image* : positif (apabila skor total 10-15), rata-rata (apabila skor total 16-23), dan negatif (apabila skor total 24-30) (Bakara, 2019).

Body image diukur dengan menggunakan kuesioner *body shape questionnaire* (BSQ) yang berisi 16 pertanyaan dengan rentang skala 1 (tidak pernah) sampai 6 (selalu). Penelitian Savitri (2015) mendukung bahwa instrumen *Body Shape Questionnaire* (BSQ) valid dalam menilai citra tubuh remaja putri di Indonesia. Penelitian Hastuti (2013) yang menyebutkan bahwa kuesioner BSQ memiliki hasil yang baik, sehingga memberikan bukti validitas dan reliabilitasnya dan dianjurkan untuk evaluasi sikap citra tubuh dikalangan remaja. Hasil skor *body image* kemudian diinterpretasikan dalam 2 kategori, yaitu *body image* positif (skor < 38) dan *body image* negatif (skor \geq 38) (Hastuti, 2013).

Body image pada penelitian Indika (2010) diukur dengan menggunakan skala yang dibuat oleh peneliti berdasarkan dimensi *body image* yang dikemukakan oleh Cash (2004), yaitu: *Appearance Evaluation* (evaluasi penampilan), *Appearance Orientation* (orientasi penampilan), *Body Area Satisfaction* (keputusan terhadap bentuk tubuh) *overweight preoccupation* (kecemasan menjadi gemuk), dan *Self – Classified Weight* (pengkategorian ukuran tubuh) skala ini menggunakan skala model likert. Skala ini terdiri dari 4

pilihan jawaban yaitu : sangat Sesuai (SS), Sesuai (s), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Skor total pada skala *body image* merupakan petunjuk gambaran tubuh yang positif dan negatif. Nilai pilihan bergerak dari 1-4 skor *body image* yang tinggi berarti bahwa seseorang memiliki *body image* yang positif dan skor *body image* yang rendah berat seseorang memiliki *body image* yang negatif.

2.3. Perilaku Makan Remaja

Perilaku makan adalah suatu tingkah laku yang dapat diamati yang dilakukan individu dalam rangka memenuhi kebutuhan makan yang merupakan kebutuhan dasar yang bersifat fisiologis. Remaja banyak mengalami perubahan-perubahan fisik maupun psikisnya. Semua hal tersebut mempengaruhi tingkah lakunya. Termasuk juga perilaku makannya, padahal pada tahap perkembangan ini remaja membutuhkan gizi yang cukup untuk menunjang pertumbuhannya. Remaja yang mempunyai perilaku makan yang buruk tidak lagi memperhatikan kandungan gizi dari makanan yang dikonsumsinya (Amraini dkk, 2020).

Perilaku makan merupakan respon kebiasaan atau upaya-upaya yang dilakukan remaja berkaitan dengan konsumsi makanan sehari-hari. Perilaku makan diukur dengan menggunakan kuesioner yang berisi 15 pertanyaan. Hasil ukur perilaku makan remaja diperoleh melalui skala model likert dengan *cut off point* berdasarkan nilai rata-rata skor-T, yaitu sudah menjalankan perilaku makan yang baik \geq mean skor-T 50 dan belum menjalankan perilaku makan yang baik $<$ mean skor-T 50 (Widianti dkk, 2012).

Perilaku makan pada remaja yang lebih menyukai makanan ringan (*snack*), serta sengaja tidak makan karena menginginkan bentuk tubuh yang di inginkan, dan karena kesibukan beraktivitas seseorang menjadi lupa makan lalu hanya mengonsumsi makanan cepat saji. Masalah lain yang terjadi pada remaja dengan makan banyak asal kenyang dengan tinggi lemak dan karbohidrat tanpa memperhatikan unsur gizi di dalamnya. Perilaku makan remaja tersebut dapat berdampak pada kesehatan remaja dengan timbulnya kasus gizi seperti kekurangan gizi serta kelebihan gizi (Citrawati dkk, 2017).

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2.3.1. Aspek-Aspek Perilaku Makan

Menurut Nag dkk, (2016) terdapat 3 teori tentang aspek perilaku makan yaitu: *Emotional eating* teori yang menerangkan bahwa individu cenderung untuk makan dalam jumlah yang berlebihan sebagai respon dari emosi negatif. emosi negatif yang dilibatkan meliputi rasa takut, cemas, marah, dan gelisah (Uyun 2007). Sebagian orang akan makan berlebihan apabila mendapatkan rangsangan emosional yang tinggi dan biasanya pada kondisi seperti ini akan mengakibatkan orang tersebut untuk mengonsumsi makanan tinggi kalori yang berhubungan positif dengan lemak tubuh. Respon perilaku makan abnormal ini terjadi sebagai strategi orang tersebut untuk mengatasi stress dan pada akhirnya akan mempengaruhi asupan dan berat badan (Lofton, 2007).

Restrain eating teori yang menerangkan bahwa pembatasan makanan atau diet yang sebelumnya pernah diterapkan oleh seseorang dapat menyebabkan orang tersebut mengonsumsi makanan jauh lebih banyak saat tidak menjalankan diet lagi. Efek samping psikologis dari penerapan diet adalah pelaku diet akan mengonsumsi makanan jauh lebih banyak ketika kognitif pelaku diet berubah untuk tidak membatasi makanan (Streint dkk, 2013). *External eating* teori ini menjelaskan bahwa sebagian orang memilih untuk mengonsumsi makanan dikarenakan pengaruh yang kuat terhadap stimulus eksternal yang berupa rangsangan makanan yang meliputi penglihatan, penciuman, dan rasa makanan terlepas dari rasa kenyang dan lapar (Gibney, 2009). *external eating* berhubungan erat dengan stres karena stres menyebabkan terjadinya penurunan sinyal lapar dan meningkatkan respon terhadap paparan luar makanan yang mengakibatkan peningkatan asupan makanan pada *external eating* (Coryell, 2011).

2.3.2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Makan

Menurut penelitian Rahman dkk (2016) Beberapa faktor yang mempengaruhi perilaku makan pada remaja yaitu, Pendapatan keluarga Keluarga yang memiliki pendapatan ekonomi terbatas akan kurang memenuhi keanekaragaman bahan makanan yang diperlukan oleh tubuhnya (Suhardjo, 2006). Ibu yang memiliki tingkat pendidikan yang baik akan menyediakan makanan sesuai dengan kebutuhan gizi. Hal ini perlu diimbangi dengan pekerjaan ibu dan ayah menentukan pendapatan keluarga (Vilanty, 2014).

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Himpunan Pelajar, Dosen dan Staf UIN Suska Riau
UIN Suska Riau
Faculty of Islamic Education and Social Studies
Jember Islamic University of Sastra Sastra Kasim Riau

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Teman sebaya remaja pertengahan juga sangat terpengaruh dengan teman sebaya. Peran teman sebaya dalam kehidupan seorang remaja sangat besar berkaitan dengan tingginya minat remaja untuk bersahabat dan menjalin hubungan erat dalam suatu kelompok. Teman sebaya dapat memberikan tekanan berupa rasa tidak ingin terlihat berbeda atau ketakutan menjadi bahan tertawaan teman-temannya (Lestari dkk, 2022).

Remaja akan menghabiskan waktu lebih banyak untuk bersama dengan teman-temannya sehingga nantinya akan mempengaruhi perilaku remaja tersebut. Teman juga akan mempengaruhi kebiasaan makan dan jajan baik itu disekolah maupun di luar sekolah. Hal ini dikarenakan remaja akan mengikuti apa yang dimakan oleh temannya agar mereka bisa menjadi dekat. Teman sebaya atau suatu kelompok pertemanan juga membawa pengaruh terhadap kebiasaan para remaja dalam mengkonsumsi makanan *junk food* ataupun minuman ringan (Yarah dkk, 2021). Hal ini membuat remaja cenderung membanding-bandingkan bentuk tubuhnya dengan teman sebayanya. Namun, tingkat bentuk tubuh ideal ini berada dalam kategori yang tinggi dalam persepsi mereka, sehingga sulit untuk mencapainya. Maka tidak mengherankan apabila seorang remaja melakukan diet yang didasari tekanan untuk menyesuaikan diri dengan teman sebayanya (Setyawati dan Setyawati, 2015).

Pengetahuan gizi pengetahuan remaja tentang pengetahuan gizi adalah pemahaman seseorang tentang ilmu gizi, zat gizi, serta interaksi antara zat gizi terhadap status gizi dan kesehatan, jika pengetahuan remaja kurang tentang gizi maka upaya yang dilakukan remaja untuk menjaga keseimbangan makanan yang dikonsumsi dengan yang dibutuhkan akan berkurang dan menyebabkan masalah gizi kurang atau gizi lebih (Pantaleon, 2019). Pengetahuan gizi juga memiliki peran penting dalam pembentukan kebiasaan makan seseorang, sebab pengetahuan gizi akan mempengaruhi seseorang dalam memilih jenis dan jumlah makanan. Tingkat pengetahuan gizi seseorang berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam memilih makanan yang akhirnya akan berpengaruh terhadap status gizi seseorang (Jauziyah dkk, 2021).

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2.4. Status Gizi

Status gizi adalah keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi. Dibedakan antara status gizi buruk, kurang, baik, dan lebih (Almatsier, 2011). Menurut Zarei dkk (2013) bahwa status gizi merupakan tanda-tanda atau penampilan seseorang akibat keseimbangan antara pemasukan dan pengeluaran zat gizi yang berasal dari pangan yang dikonsumsi. Almatsier (2011) juga menambahkan bahwa status gizi baik atau status gizi optimal terjadi tubuh digunakan secara efisien, sehingga memungkinkan pertumbuhan fisik, perkembangan otak, kemampuan kerja dan kesehatan secara umum pada tingkat yang setinggi mungkin.

2.4.1. Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi

Menurut WHO 2014, status gizi dapat dilihat dengan adanya interaksi antara makanan yang dikonsumsi, keseluruhan dari kesehatan individu dan lingkungan fisik. Menurut Moehji (2009) faktor yang mempengaruhi status gizi adalah Faktor langsung yaitu asupan makanan. Asupan makanan dapat mempengaruhi pola dan nafsu makan. Secara langsung asupan makanan yang dikonsumsi dapat mempengaruhi status gizi. Makanan yang dikonsumsi mempunyai kandungan gizi yang berbeda-beda sehingga harus pandai memilih bahan makanan yang akan di konsumsi. Infeksi merupakan masalah kesehatan yang penting. Gizi kurang dan infeksi dapat bermula dari kemiskinan dan lingkungan yang tidak sehat serta sanitasi yang buruk. Selain itu infeksi menghambat reaksi imunologis yang normal.

Faktor tidak langsung menurut Suhardjo (2008) yang mempengaruhi status gizi sebagai berikut: Sosial ekonomi yang rendah menjadikan kemiskinan. Kemiskinan adalah suatu keadaan dimana seseorang tidak sanggup memelihara dirinya sendiri dengan taraf kehidupan yang dimiliki dan juga tidak mampu memanfaatkan tenaga, mental maupun fisiknya untuk memenuhi kebutuhan.

Sosial ekonomi. Asupan gizi antara remaja yang satu dengan yang lain disebabkan karena perbedaan tingkat sosial ekonomi disetiap keluarga. Pada keluarga dengan tingkat sosial ekonomi yang tinggi dengan tingkat sosial ekonomi yang rendah tentu saja asupan gizinya berbeda, pada keluarga dengan tingkat sosial ekonomi yang lebih tinggi asupan zat gizi lebih mencukupi karena

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

kemampuan membeli bahan makanan yang kaya sumber zat gizi. Besar keluarga atau banyaknya anggota keluarga berhubungan erat dengan distribusi dalam jumlah ragam pangan yang dikonsumsi anggota keluarga. Semakin besar jumlah anggota keluarga, maka semakin sedikit jumlah asupan gizi atau makanan yang dikonsumsi oleh masing-masing anggota keluarga dalam jumlah penyediaan pangan yang memadai bergizi (Atikah dan Erna, 2011).

2.4.2. Penilaian Status Gizi Pada Remaja

Teknik yang digunakan untuk menilai status gizi ada 2 yaitu penilaian status gizi secara tidak langsung dan langsung (Supriasa, 2016): Penilaian status gizi secara tidak langsung yaitu : 1) Survey konsumsi makanan adalah metode penentuan status gizi secara tidak langsung dengan melihat jumlah dan jenis zat gizi yang dikonsumsi. Pengumpulan data konsumsi makanan dapat memberikan gambaran tentang konsumsi berbagai zat gizi pada masyarakat. 2) Statistik vital Pengukuran status gizi dengan statistik vital adalah dengan menganalisis data beberapa statistik kesehatan seperti angka kematian berdasarkan umur, angka kesakitan dan kematian akibat penyebab tertentu dan data lain yang berhubungan dengan gizi. 3) Faktor ekologi Faktor malnutrisi merupakan masalah ekologi sebagai hasil dari interaksi beberapa faktor fisik, biologi dan lingkungan budaya. Jumlah makanan yang tersedia sangat tergantung dari keadaan ekologi seperti iklim, tanah, irigasi, dan lain-lain.

Penilaian status gizi secara langsung yaitu : 1) Antropometri berasal dari kata *Anthropos* (tubuh) *metros* (ukuran). Secara umum antropometri artinya ukuran tubuh manusia. Ditinjau dari sudut pandang gizi, maka antropometri gizi adalah hubungan dengan berbagai macam pengukuran dimensi tubuh dan komposisi tubuh dari berbagai tingkatan umur dan tingkatan gizi. Antropometri secara umum digunakan untuk melihat ketidakseimbangan asupan protein dan energi, ketidakseimbangan ini terlihat pada pola pertumbuhan fisik dan proporsi jaringan tubuh seperti lemak, otot dan jumlah air dalam tubuh (Supriasa, 2016). Pada remaja usia kurang 18 tahun status gizi diukur menggunakan indeks massa tubuh (IMT/U). Status gizi selanjutnya dikelompokkan berdasarkan baku antropometri WHO 2007 dan departemen kesehatan 2010 untuk anak umur 5-18

Hak Cipta Ditanggung Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarangi mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

tahun, status gizi ditentukan berdasarkan nilai IMT/U. Selanjutnya berdasarkan nilai Z-score ini status gizi remaja di bawah 18 tahun dapat dilihat pada Tabel 2.1.

Tabel 2.1 klasifikasi status gizi berdasarkan IMT/U

Klasifikasi	Z-score
Sangat kurus	$< - 3.0$
Kurus	$\geq - 3.0$ s/d $< - 2.0$
Normal	$\geq - 2.0$ s/d ≤ 1.0
Gemuk	> 1.0 s/d ≤ 2.0

Sumber. Kemenkes RI, 2010

2) **Klinis** Pemeriksaan klinis adalah metode yang sangat penting untuk status gizi masyarakat. Metode ini di dasari atas perubahan-perubahan yang terjadi yang dihubungkan dengan ketidakcukupan zat gizi (Supariasa, 2016). 3) **Biokimia** Tes laboratorium digunakan untuk mengetahui kadar zat gizi dalam darah, urine, maupun feses. Hasil dari pemeriksaan tersebut memberikan gambaran terkait masalah kesehatan yang mempengaruhi nafsu makan dan status gizi sehingga dapat dilakukan tindak lanjut secara cepat (Supariasa, 2016). 4) **Biofisik** Penentuan status gizi secara biofisik adalah metode penentuan status gizi dengan melihat kemampuan fisik perubahan struktur dari jaringan (Supariasa, 2016).

2.5. Kerangka Pemikiran

Body image adalah gambaran mengenai tubuh individu yang di peroleh melalui penilaian sendiri yang menunjukkan perasaan puas atau tidak puas terhadap bentuk tubuhnya (Ramanda dkk, 2019). *Body image* memiliki pengaruh terhadap kondisi psikis yang dimiliki seseorang seperti kepercayaan diri, bahkan bagi remaja yang memiliki prestasi yang lebih tinggi masih malu untuk menunjukkan diri (Muyana dkk, 2022).

Body image sangat berhubungan erat dengan persepsi seseorang terhadap ukuran atau bentuk tubuhnya. Persepsi itu sendiri berhubungan dengan seseorang dalam menilai bentuk tubuhnya, perasaan puas atau tidak puas seseorang dalam menilai bentuk tubuhnya. Apabila komponen persepsi terganggu dapat menyebabkan seseorang mengalami *distory body image* maka ia tidak dapat memperkirakan ukuran bentuk tubuhnya. Persepsi *body image* pada orang-orang

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

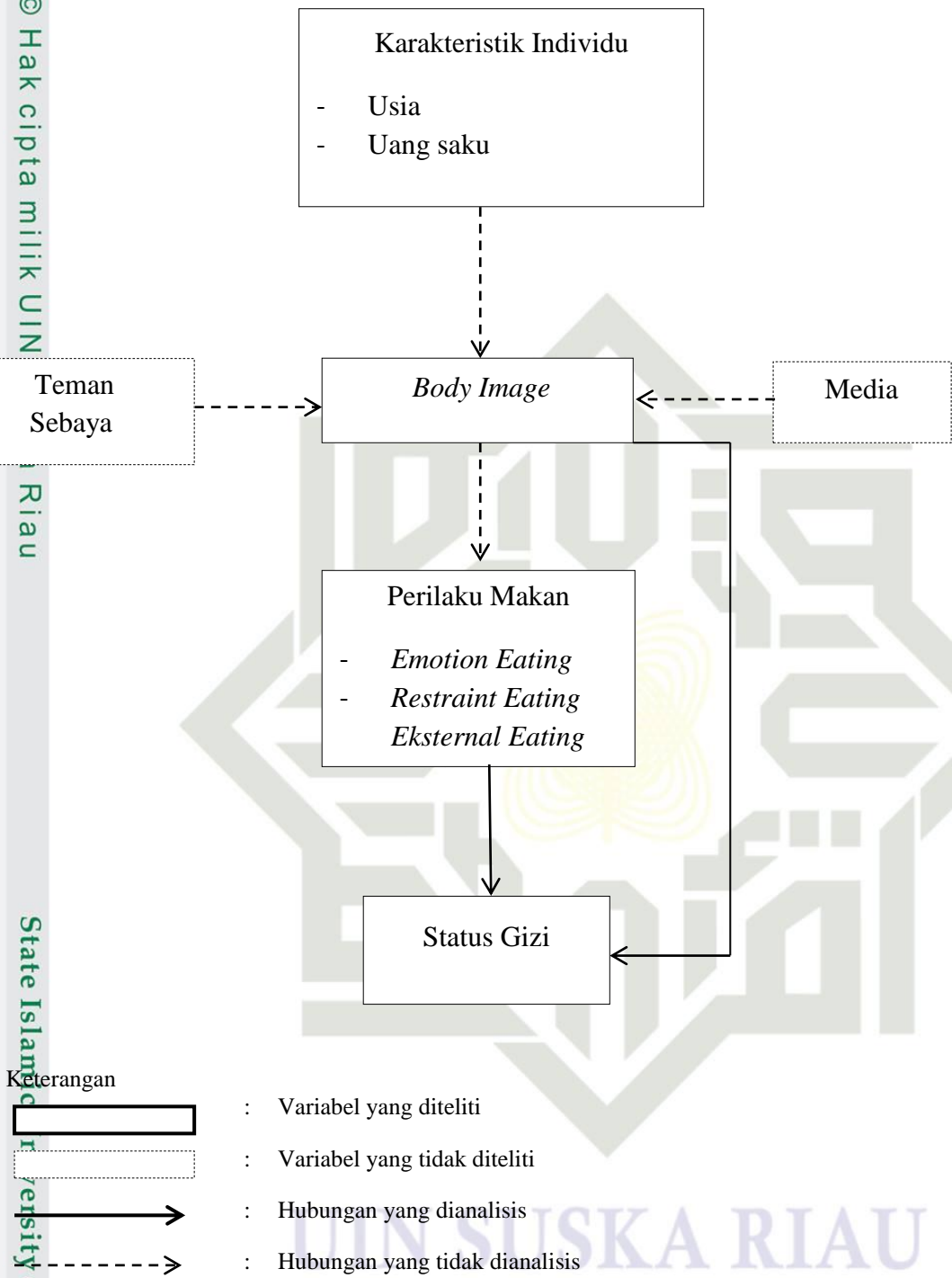
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dapat berkisar dari mulai negatif sampai positif. ketika seseorang merasa kondisi fisiknya tidak sama dengan konsep idealnya, maka individu akan merasa memiliki kekurangan secara fisik meskipun dalam pandangan orang lain sudah dianggap menarik. Kondisi seperti ini yang menyebabkan seseorang tidak dapat menerima kondisi fisiknya sehingga *body image* menjadi negatif. Jika seseorang merasa gemuk dan memiliki berat badan yang berlebih, maka cenderung merasa tidak puas dengan kondisi tubuhnya dan menginginkan berat badannya berkurang. Seseorang yang memiliki *body image* positif mereka memandang tubuh mereka sebagai sesuatu yang menarik bagi orang lain (Husna, 2013).

Persepsi *body image* yang negatif dapat mempengaruhi status gizi remaja putri. Padahal remaja putri merupakan salah satu penentu masa depan bangsa. Remaja putri akan berkembang hingga menjadi calon pengantin dan calon ibu. Seorang wanita dengan kondisi gizi kurang akan menimbulkan berbagai macam dampak negatif, baik bagi kesehatan hingga kelancaran kehamilan dan proses melahirkan (Amar dkk, 2018). Gambar kerangka pemikiran hubungan *body image* dan perilaku makan dengan status gizi remaja di SMA Negeri 9 Kota Pekanbaru dapat dilihat pada Gambar 1.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Gambar 1. Bagan kerangka pemikiran Hubungan *Body Image* dan Perilaku Makan dengan Status Gizi Remaja di SMA Negeri 9 Kota Pekanbaru.

III. METODE PENELITIAN

3.1. Waktu dan Tempat

Penelitian dilaksanakan Bulan Januari 2023. Penelitian dilakukan di SMA Negeri 9 Kota Pekanbaru yang beralamat di Jalan Semeru No.12, Rintis, Kec. Lima Puluh, Kota Pekanbaru. Pemilihan tempat berdasarkan pertimbangan, SMA Negeri 9 Kota Pekanbaru cukup menggambarkan karakteristik dari populasi penelitian yaitu SMA Negeri 9 Kota Pekanbaru memiliki siswa yang berasal dari tingkat sosial ekonomi yang berbeda-beda, serta memiliki bakat dalam bidang kesenian seperti *modelling*, tari, menyanyi hingga berakting yang mana sangat memperhatikan penampilan.

3.2. Konsep Operasional

Konsep operasional menjelaskan variabel dan istilah yang akan digunakan dalam penelitian, sehingga memudahkan pembaca mengerti dalam perumusan definisi operasional dalam penelitian dapat dilihat pada Tabel 3.1.

Tabel 3.1. Definisi operasional penelitian.

Variabel	Definisi	Alat ukur	Skala	Hasil pengukuran
<i>Body image</i>	<i>Body image</i> adalah persepsi, keyakinan, pikiran, perasaan, dan perilaku tentang diri individu meliputi persepsi yang berhubungan dengan tubuh dan sikap individu (Cash, 2012).	kuesioner (<i>Body Shape Questionnaire</i>) BSQ-34	Ordinal	- <i>Body image</i> positif jika skor <110 - <i>Body image</i> negatif jika skor ≥110 (Wardani, 2018)
Perilaku makan	Perilaku makan adalah cara seseorang dalam berfikir, berpengetahuan, dan berpandangan mengenai makanan yang dinyatakan dalam bentuk tindakan makan dan memilih	Kuesioner <i>Dutch Eating Behavior Questionnaire</i>	Ordinal	Kuesioner terdiri dari 33 pertanyaan yang dibagi menjadi 3 aspek yaitu <i>restraint eating</i> 10 item, <i>emotional eating</i> 13 item, dan <i>external eating</i> 10 item. Setiap item memiliki pilihan

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

© Hak Cipta dimiliki UIN Suska Riau
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Variabel	Definisi	Alat ukur	Skala	Hasil pengukuran
<p>© Hak cipta milik UIN Suska Riau</p> <p>Hak Cipta Diindungi Undang-Undang</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber: <ol style="list-style-type: none"> a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah. b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau. 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau. 	makanan (Ariestyra 2015).			<p>jawaban sebanyak 5 jawaban menurut skala likert pilihan jawaban</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Tidak pernah 2. Jarang 3. Kadang-kadang 4. Sering 5. Selalu <p>Perilaku makan kurang < 33-77 Perilaku makan cukup > 78-122 Perilaku makan baik \geq 123-165</p> <p>Penilaian aspek perilaku makan dilakukan dengan mendapatkan skor dari aspek perilaku makan dengan jumlah pertanyaan pada masing-masing aspek</p> <p style="text-align: center;">Mean = $\frac{\text{Total skor}}{\text{Jumlah pertanyaan}}$ (Sonya, 2019)</p>
Status gizi	Status gizi adalah keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi. Status gizi dikelompokkan menjadi status gizi buruk, status gizi kurang, status gizi baik, dan status gizi lebih (Almatsier, 2011).	Timbangan Microtoise	Ordinal	<p>Hasil IMT/U responden dengan Z- score di klasifikasikan menjadi :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Gizi buruk ($Z < -3$ SD) 2. Gizi kurang (-3 SD $\leq Z \leq -1$ SD) 3. Normal (-2 SD $< Z \leq +1$ SD) 4. Gemuk ($+1$ SD $< Z \leq +2$ SD) 5. Obesitas ($Z > +2$ SD) <p>Kemenkes (2020)</p>

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

3.3. Metode Pengambilan Sampel

Penelitian menggunakan metode *cross sectional study* yang digunakan untuk menentukan hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat. Populasi dalam penelitian adalah seluruh siswa di kelas XI MIPA SMA Negeri 9 Kota Pekanbaru. Penelitian ini dilakukan secara *simple random sampling* sampel dipilih sesuai kriteria inklusi dan eksklusi sebagai berikut antara lain :

- a. Kriteria inklusi :
 1. Remaja berusia 15-17 tahun
 2. Berjenis kelamin perempuan
 3. Siswi kelas XI MIPA di SMA Negeri 9 Kota Pekanbaru
 4. Tidak sedang sakit infeksi/kronis
 5. Tidak sedang menjalani diet khusus
 6. Bersedia menjadi responden dengan menandatangani lembar persetujuan
- b. kriteria eksklusi :
 1. Siswi tidak masuk saat dilakukan penelitian
 2. Siswi dalam keadaan memiliki gerakan terbatas /cacat fisik.

Besar sampel dalam penelitian akan dihitung menggunakan rumus lameshow dengan rumus dan perhitungan sederhana sebagai berikut:

$$n = \frac{NZ^2}{(N-1)d^2 + Z^2} \cdot P(1-P)$$

Keterangan :

- n = besar sampel minimum
 N = jumlah populasi
 $Z_{\frac{\alpha}{2}}$ = nilai distribusi normal baku CI 95% (1,96)
 p = proporsi yang diteliti
 d = besar penyimpangan yang bisa diterima.

$$n = \frac{N \cdot Z_{1-\frac{\alpha}{2}}^2 \cdot P(1-P)}{(N-1)d^2 + Z_{1-\frac{\alpha}{2}}^2 \cdot P(1-P)}$$

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

$$n = \frac{216 \cdot (1,96)^2 \cdot 0,5 \cdot (1 - 0,5)}{(216-1) \cdot (1,96)^2 \cdot 0,57 \cdot (1 - 0,5)}$$

$$n = \frac{216 \cdot 3,8416 \cdot 0,5 \cdot (0,5)}{215 \cdot 0,1^2 + 3,8416 \cdot 0,5 \cdot (0,5)}$$

$$n = \frac{207.446}{3,110}$$

$$n = 66,70 \sim 67 \text{ sampel}$$

Hasil perhitungan menunjukkan bahwa besar sampel minimal yang dapat mewakili populasi dalam penelitian ini adalah 66,70 atau dibulatkan menjadi 67. Kemudian untuk mengantisipasi terjadinya *drop out*, maka peneliti menambahkan 10% dari hasil perhitungan menjadi maka jumlah sampel dalam penelitian ini menjadi 74 sampel.

3.4. Analisis Data

Data yang dikumpulkan berupa data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh dengan wawancara dengan menggunakan kuesioner pada siswa SMA Negeri 9 Kota Pekanbaru yang meliputi : 1) karakteristik responden seperti nama, kelas, usia, jenis kelamin, dan uang saku. Data diperoleh melalui keterangan yang ditulis oleh remaja di SMA Negeri 9 Kota Pekanbaru dalam form kuesioner. 2) *body image* yang diperoleh menggunakan kuesioner *BSQ-34* yang menggambarkan *body image* pada remaja di SMA Negeri 9 Kota Pekanbaru 3) perilaku makan yang diperoleh menggunakan kuesioner *Dutch Eating Behavior Questionnaire* yang menggambarkan perilaku makan pada remaja di SMA Negeri 9 Kota Pekanbaru.

Data sekunder adalah data yang diperoleh dari pihak sekolah untuk mendapatkan informasi tentang jumlah siswa kelas XI MIPA di SMA Negeri 9 Kota Pekanbaru, dan kegiatan siswa serta gambaran mengenai SMA Negeri 9 Kota Pekanbaru. Data yang diperoleh selanjutnya diolah dan dianalisis. Pengolahan data terdiri dari *editing, coding, scoring, entry, dan tabulating*. Pengolahan data menggunakan *Microsoft Excel 2010* dan program komputer *IBM SPSS statistic* versi 25. Jenis dan cara pengumpulan data primer dan data sekunder disajikan pada Tabel 3.2

Tabel 3.2 Jenis dan cara memperoleh data

Variabel	Jenis data	Cara pengumpulan data
Karakteristik sampel	Primer	Pengisian kuesioner
<i>Body image</i>	Primer	Pengisian Kuesioner
Perilaku makan	Primer	Pengisian Kuesioner
Status gizi	Primer	- Pengukuran dengan menggunakan
- TB		microtoise
- BB		- Penimbangan dengan timbangan digital
- Umur		- Wawancara tanggal lahir
Jumlah siswa	Sekunder	Data dari sekolah

Data *body image* dibagi menjadi dua kategori yaitu *body image* positif dan *body image* negatif. Hasil penilaian yang cenderung baik akan menjadi kategori positif dan penilaian yang cenderung tidak baik akan menjadi kategori negatif. Penelitian menggunakan kuesioner BSQ-34 yang terdiri dari 34 pertanyaan. Tabel blue print kuesioner *body image* dapat dilihat pada Tabel 3.2.

Tabel 3.3. Blue print kuesioner *body image*

No	Aspek	Item kuesioner	Jumlah
1	Persepsi diri sendiri terhadap bentuk tubuh	1,2,3,4,5,6,9,10,11,14,15,16,17,19,21,22,23,24,28,30,33,34	22
2	Membandingkan persepsi <i>body image</i> dengan orang lain	12,20,25,29,31	5
3	Sikap yang fokus terhadap <i>body image</i>	7,13,18,26,32	5
4	Perubahan drastis terhadap persepsi mengenai tubuh	8,27	2
	Jumlah		34

Berdasarkan Tabel 3.2. menunjukkan jumlah item kuesioner untuk *body image*, persepsi diri sendiri terhadap bentuk tubuh terdapat 22 item, Membandingkan persepsi *body image* dengan orang lain terdapat 5 item, sikap

yang fokus terhadap *body image* 5 item, dan perubahan drastis terhadap persepsi mengenai tubuh terdapat 2 item. Jawaban yang terkumpul dihitung berdasarkan skoring. Skoring *body image* menggunakan skala *likert*. Nilai pada setiap jawaban kuesioner menggunakan rentang skala, tidak pernah, jarang, kadang-kadang, sering, sangat sering, selalu. Hasil skoring didapatkan melalui total nilai jawaban responden. Nilai pada setiap jawaban kuesioner menggunakan rentang skala yaitu:

- Selalu = 6
- Sangat sering = 5
- Sering = 4
- Kadang-kadang = 3
- Jarang = 2
- Tidak pernah = 1

Hasil skoring di kategorikan menjadi :

1. Negatif ≥ 110
2. Positif < 110

Data perilaku makan dinilai menggunakan kuesioner *Dutch Eating Behavior Questionnaire* yang meliputi 3 aspek gaya makan yaitu *emotional eating*, *restraint eating*, dan *external eating* dengan jumlah keseluruhan pertanyaan sebanyak 33 pertanyaan. Tabel *blue print* kuesioner perilaku makan dapat dilihat pada Tabel 3.3.

Tabel 3.4. Blue print kuesioner perilaku makan

No	Aspek perilaku makan	Item kuesioner	Jumlah
1	<i>Emotional eating</i>	2,6,8,11,14,17,20,23,26,29,30,31,33	13
2	<i>restraint eating</i> ,	1,5,7,10,13,16,19,22,25,28,	10
3	<i>external eating</i>	3,4,9,12,15,18,21,24,27,32	10
	Jumlah		33

Berdasarkan Tabel 3.2. menunjukkan jumlah item kuesioner untuk perilaku makan *Emotional eating* terdapat 10 item, *restraint eating* 12 item, dan *external eating* 11 item. Pertanyaan – pertanyaan pada kuesioner *Dutch Eating Behavior Questionnaire* yang menilai perilaku makan remaja di SMA Negeri 9

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
 1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Kota Pekanbaru diukur menggunakan skala *likert* dengan memberi nilai pada setiap jawaban. Nilai pada setiap jawaban kuesioner menggunakan rentang skala yaitu :

- Tidak pernah = 1
- Jarang = 2
- Kadang-kadang = 3
- Sering = 4
- Selalu = 5

Semakin tinggi skor yang dimiliki subjek pada sebuah aspek perilaku makan, maka semakin dominan aspek perilaku makan tersebut pada diri subjek.

Status gizi ditentukan ke dalam nilai z – score IMT/U untuk anak remaja usia 5 – 19 tahun menggunakan program *WHO Antro Plus 2010*. Tinggi badan diukur dengan menggunakan *microtoise* dengan ketelitian 0,1 cm, berat badan diukur dengan menggunakan timbangan injak yang mempunyai kapasitas 130 kg dengan tingkat ketelitian 0,1 kg.

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini dilakukan dengan cara analisis univariat dan bivariat. Analisis *univariat* dilakukan untuk mendapatkan data tentang distribusi frekuensi responden dari masing- masing variabel, kemudian data ini disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan analisis terhadap hasil tersebut. Analisis univariat menggambarkan karakteristik responden, gambaran *body image*, perilaku makan, dan status gizi.

Analisis bivariat adalah analisis yang dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi. Uji yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji *spearman rank*, jika nilai $p < 0,05$ maka terdapat hubungan *body image* dan perilaku makan dengan status gizi di SMA Negeri 9 Kota Pekanbaru, sedangkan jika nilai $p > 0,05$ tidak ada hubungan *body image* dan perilaku makan dengan status gizi di SMA Negeri 9 Kota Pekanbaru.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

V. KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa remaja putri di SMA Negeri 9 Kota Pekanbaru yang memiliki *body image* positif sebanyak 72%, sedangkan *body image* negatif 28%. Remaja putri di SMA Negeri 9 Kota Pekanbaru memiliki perilaku makan yang cukup baik berjumlah 58%. Remaja putri di SMA Negeri 9 Kota Pekanbaru memiliki status gizi normal berjumlah 64%. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *body image* dengan status gizi ($p\text{-Value} = 0,378$), dan tidak terdapat hubungan antara perilaku makan dengan status gizi ($p\text{-Value} = 0,605$).

5.2. Saran

Bagi remaja putri yang memiliki *body image*, perilaku makan, dan status gizi negatif perlu adanya bimbingan konseling, khususnya dalam hal perilaku makan sehingga tidak menimbulkan masalah gizi. Bagi remaja putri yang memiliki *body image* positif agar dikembangkan dengan cara mengeksplorasi minat dan bakat yang dimiliki melalui kegiatan ekstrakurikuler sehingga dapat bermanfaat dalam perkembangan kepribadian yang positif. Pada penelitian selanjutnya disarankan untuk melakukan penelitian tentang pengetahuan dan asupan makanan dengan status gizi.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrachim, R., E. Meladista., dan R. Yanti. 2018. Hubungan *Body Image* dan Sikap terhadap Makanan dengan Pola Makan Mahasiswi Jurusan Gizi Politeknik. *Jurnal Gizi Indonesia*, 41(2): 117-124.
- Adami, F., D. E. F. Schlickmann., S. D., F. Almeida., L. C. D. Abreu., V. E. Valenti., M. M. P. Demarzo., dan F. R. D. Oliveira. 2012. Construct validity of a figure rating scale for Brazilian adolescents. *Nutrition Journal*, 11(1): 1-6.
- Ahmad, R. S., E. K. Wati., dan G. Elviera. 2018. Efektifitas Pelatihan Peer Educator Terhadap Peningkatan Pengetahuan, Keterampilan dan Perubahan Skor *Body Image* Remaja Putri SMAN 4 Purwokerto. *Jurnal Gizi dan Pangan Soedirman*, 2(1): 64-71.
- Aini, S. N. 2013. Faktor Risiko yang Berhubungan dengan Kejadian Gizi Lebih pada Remaja di Perkotaan. *Unnes Journal of Public Health*, 2(1): 2-8.
- Almatsier S. 2011. *Penilaian Status Gizi: Gizi Seimbang dalam Daur Kehidupan*. PT. Gramedia Pustaka Utama. Jakarta. 411 hal.
- Almatsier S. 2015. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi edisi ke 9*, PT.Gramedia Pustaka Utama, Jakarta. 384 hal.
- Amar, M. I., I. D. Puspita., dan N. Nasrullah. 2018. Implementasi Program Bimbingan Persepsi Positive *Body Image* Terhadap Pengetahuan Gizi Remaja dan Status Gizi Remaja Putri. *Al-Sihah: The Public Health Science Journal*, 10(1): 1-11.
- Ammar, E. dan I. Nurmala. 2020. Analisis Faktor Sosio-Kultural Terhadap Dimensi *Body Image* pada Remaja. *Journal of Health Science and Prevention*, 4(1): 23-31.
- Amraini, A., D. E. Yanti., dan N. Sari. 2020. Hubungan Citra Tubuh, Pengetahuan Gizi dan Perilaku Makan terhadap Status Gizi Remaja di SMA Negeri 5 Kota Metro Tahun. *Jurnal Dunia Kesmas*, 9(2): 265-269.
- Ariestya, E., I. Perlisa., H. Siaputra., dan A. Emmiati. 2015. Studi Deskriptif Perilaku Makan Mahasiswa Universitas Kristen Petra Surabaya. *Jurnal Hospitality dan Manajemen Jasa*, 3(1): 242-255.


Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Aritonang I. 2009. Hubungan Intensitas Menonton Televisi dengan Asupan Energi dan Status Gizi Remaja. di dalam: Minarto, editor. Prosiding Temu Ilmiah Kongres XIV Persagi; 2009 Nov 12-14; Surabaya, Indonesia. Surabaya (ID): DPP PERSAGI. 147-154 hal.
- Aritonang, E., E. I. S. Siregar., dan E, Nasution. 2016. The Relationship Of Food Consumption and Nutritional Status on Employee. *Journal of Health Polytechnic Directorate Health Ministry Medan*, 6 (1): 104-106.
- Astini, N. N. A. D., dan W. Gozali. 2021. *Body Image* Sebagai Faktor Penentu dalam Meningkatkan Status Gizi Remaja Putri. *International Journal of Natural Science and Engineering*. 5(1): 1-7. DOI: 10.23887/ijnse.v5i.
- Alalayer D. 2018. Link Between Impulsivity and Overeating: Psychological And Neurobiological Perspectives. *Journal Psikiyatrike Guncel Yaklasimler*. 10(2): 131–147.
- Atikah, P., dan K. Erna. 2011. *Ilmu Gizi Keperawatan dan Gizi Kesehatan*. Nuha Medika. Yogyakarta. 186 hal.
- Audria, A. S. 2021. Hubungan *Body Image* dan Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji dengan Status Gizi Remaja Putri di SMP Negeri 1 Bireuen. *Majalah Kesehatan Masyarakat Aceh (MaKMA)*, 4(1): 66-71.
- Bakara, A.R. 2019. Hubungan Citra Tubuh dengan Perilaku Makan dan Status Gizi Remaja Putri di SMA Negeri 1 Laguboti Tahun 2018. *Skripsi*. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sumatera Utara. Medan.
- Bass, R., dan I. Eneli. 2014. Severe Childhood Obesity: An Under-Recognized and Growing Health Problem. *Postgraduate Medical Journal*, 91(1081) 639- 645. DOI: 10.1136/postgradmedj-2014-133033.
- Bimantara, M. D., M. Adriani., dan D. R. Suminar. 2019. Hubungan Citra Tubuh dengan Status Gizi pada Siswi di SMA Negeri 9 Surabaya *Jurnal Amerta Nutrition*, 2(2) : 85-88. DOI: 10.2473/amnt.v3i2.2019.85-88.
- Babak, M.I, dan L.L. Deitra. 2005. *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Edisi 4. EGC. Jakarta. 121 hal.
- Buditianingsih, N. V. 2014. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pola Konsumsi Makanan Remaja Kasus di Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 8 Surabaya. *Jurnal Tata Boga*, 3(3): 47-50.
- Chairiah, P. 2012. Hubungan Gambaran *Body Image* dan Pola Makan Remaja Putri di SMA 38 Jakarta. *Skripsi*. Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia Depok. Jakarta.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Citerawati, Y. W., N. Susanti., dan D. Rachma. 2017. *Proses Asuhan Gizi Terstandar Komunitas*. Trans Wineka Medika. Yogyakarta. 183 hal.
- Coryell, T. 2011. The Role of Psychological Distress, Eating Syle, Diatery Intake, And Gender In Cardiometabolic. *Thesis*. University of Miami Scholarly.
- Damayanti, D., Pritasari dan N. T. Lestari 2017. *Gizi dalam Daur Kehidupan*. Kemenkes Jakarta Selatan. 292 hal.
- Denich, A. U., dan I. 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 Putri Tahun 2016 Kelas X Dan XI SMKN 2 Padang. *Jurnal Menara Ilmu*, 11(75): 177-181.
- Desmita, 2016. *Psikologi Perkembangan Remaja*. STAIN Batusangkar Press. Batusangkar. 230 hal.
- Dhari, W., W. Kusdaryani., dan W. L. Farikha. 2022. Pengaruh Konformitas Teman Sebaya Terhadap Perilaku Prososial Siswa Kelas X. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 9(1): 44-55.
- Diananda, A. 2019. Psikologi Remaja dan Permasalahannya. *Jurnal Pendidikan dan Pemikiran Islam*, 1(1): 116-133.
- Dieny, 2014. *Permasalahan Gizi pada Remaja Putri*. Graha Ilmu. Yogyakarta. 364 hal.
- Februhartanty, J., E. Ermayani., P, H. Rachman., H. Dianawati., dan H. Harisan. 2019. *Gizi dan kesehatan remaja*. Seameo Recfon. Jakarta. 178 hal.
- Gattario KH. 2013. *Body Image in Adolescence: Through the Lenses of Culture, Gender, and Positive Psychology*. *Gothenburg (SE): University of Gothenburg*. Handle net registry.
- Gibney, M. J. 2009. *Gizi Kesehatan Masyarakat*. EGC. Jakarta. 467 hal.
- Hanani, R., S. Badrah., dan R. Noviasy. 2021. Pola Makan, Aktivitas Fisik dan Genetik Mempengaruhi Kejadian Obesitas Pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai*, 14(2): 1-10. DOI: 10.26630/jkm.v14i2.2665



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Handayani, S., U. W. Rahajeng., D. Basaria., F. X. Aryani., E. A. Surijah., M.M. S. Pratiei., B. Yudho., H. P. Astuti., P. Y. Wulandari., N. Daulay., W. E. Warni., E. Prastuti., S. J. Haque., F. J. Patriaka., I. A. G. Kusumastuti., T. N. Ellsadayna., T. D. Valentina., D. A. Nugroho., Selviana., S. Adilah., E. M. Pertiwi., M. Khatami., D. Yundianto., N. Dewi., Y. Hairina., Imadduddin., W. Hendriani., H. Nur., N. Hidayati., W. Sulistiani., dan A. F. Rangkuti. 2020. *Dinamika Perkembangan Remaja*. Kencana Prenadamedia Group. Jakarta. 346 hal.

Hastuti, J. 2013. *Anthropometry and Body Composition Of Indonesian Adults: An Evaluation Of Body Image, Eating Behaviours, And Physical Activity. Dissertation*. Queensland University of Technology. Australia.

Hidayah, N., dan A. B. Prasetyo. 2018. Pengaruh Uang Saku, Locus Of Control, dan Lingkungan Teman Sebaya Terhadap Perilaku Konsumtif. *Economic Education Analysis Journal*, 7(3): 1025-1039.

Husna, N. L. 2013. *Hubungan Antara Body Image dengan Perilaku Diet (Penelitian pada Wanita di Sanggar Senam Rita Pati). Skripsi*. Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Semarang. Semarang.

Ifdil, I., Denich, A. U. Denich., dan A. Ilyas. 2017. Hubungan *Body Image* dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 2(3): 107-113. DOI: 10.17977/um001v2i32017p107

Iman, S. S. 2020. Hubungan Citra Tubuh dan Tipe Perilaku Makan dan Gaya Hidup dengan Status Gizi Siswa SMA Negeri 1 Bogor. *Skripsi*. Fakultas Ekologi Manusia. Institut Pertanian Bogor. Bogor.

Inansari F. I, dan D. Fitrayati. 2016. Pengaruh Status Sosial Ekonomi Orang Tua Terhadap Perilaku Konsumsi Siswa Kelas XI IIS di SMA Negeri 17 Surabaya. *Jurnal Pendidikan Ekonomi*, 4(3): 1-8.

Indika, K. 2010. Gambaran Citra Tubuh pada Remaja yang Obesitas. *Skripsi*. Fakultas Psikologi. Universitas Sumatera Utara. Medan.

Intantiyana, M., L. Widajanti., dan M. Z. Rahfiludin. 2018. Hubungan Citra Tubuh Aktivitas Fisik dan Pengetahuan Gizi Seimbang dengan Kejadian Obesitas pada Remaja Putri Gizi Lebih di SMA Negeri 9 Kota Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(5): 404-412.

Jauziyah, A. S. S., Nuryanto., A. F. A. Tsani., dan R. Purwanti. 2021. Pengetahuan Gizi dan Cara Mendapatkan Makanan Berhubungan dengan Kebiasaan Makan Mahasiswa Universitas Diponegoro. *Journal of Nutrition College*, 10(1): 72-81.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Diarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Kemenkes [Kementerian Kesehatan Republik Indonesia]. 2020. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak. Jakarta (ID): Kemenkes RI.
- Kurnianingsih, Y. 2009. Hubungan Faktor Individu dan Lingkungan Terhadap Diet Penurunan Berat Badan pada Remaja Putri di 4 SMA Terpilih di Depok Tahun 2009. *Skripsi*. Fakultas Kesehatan Masyarakat. Universitas Indonesia. Jakarta.
- Laksmi, Z. Z. A., M. Ardiara., dan D. Y. Fitranti., 2018. Hubungan *Body Image* dengan Perilaku Makan dan Kebiasaan Olahraga pada Wanita Dewasa Muda Usia 18-22 Tahun (Studi Pada Mahasiswi Program Studi Kedokteran Universitas Diponegoro). *Diponegoro Medical Journal*, 7(2): 627-640. DOI: <https://doi.org/10.14710/dmj.v7i2.20706>
- Lestari, N. R., F. Nofartika., dan S. T. M. Widodo. 2022. *Body Image Perception, Teman Sebaya, dan Kebiasaan Makan pada Remaja Putri di Jurusan Seni Tari, SMKI Yogyakarta*. *Jurnal Ilmu Gizi Indonesia*, 5(2): 151-162.
- Lofton, K. L. L. 2007. *Examining the Relationships Among Food Insecurity, Obesity, Stress And Emotional Eating Among Low Income Women. Dissertation*. University of Southern Mississipi.
- Lomanjaya, P. I., dan E. A. Soegiono 2015. Studi Deskriptif Perilaku Makan Mahasiswa Universitas Kristen Petra Surabaya. *Jurnal Hospitality dan Manajemen dan Manajemen Jasa*, 3(1): 242-255.
- Mac Clancy, J., and H.C. Macbeth. 2004. *Researching food habits methods and problems*. Berghahn Books. London. 214 hal.
- Manoppo, I. J., dan M. F. Lang. 2022. Hubungan *Body Image* dengan Status Gizi pada Remaja di Desa Kema II. *Nutrix Journal*, 6(1): 14-23.
- Mardalena, I. 2017. *Dasar-Dasar Ilmu Gizi dalam Keperawatan*. Pustaka Baru Press. Yogyakarta. 249 hal.
- Margiyanti, N. J. 2021. Analisis Tingkat Pengetahuan, *Body Image* dan Pola Makan terhadap Status Gizi Remaja Putri. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 10(1): 231-237. DOI: 10.36565/jab.v10i1.341
- Masitah, R., E. P. Pamungkasari., dan Suminah. 2018. Pengaruh Pendidikan Gizi dengan Media Sosial Terhadap Persepsi *Body Image* Remaja. *Jurnal Kesehatan Terpadu*, 2(1): 7-13.

- Meriyanti, F. 2013. Pengaruh Pengetahuan Gizi Persepsi *Body Image* Kebiasaan Makan dan Aktivitas Fisik Terhadap Status Gizi Mahasiswi Gizi dan Non Gizi IPB. *Skripsi*. Fakultas Ekologi Manusia. Institut Pertanian Bogor. Bogor.
- Moehji, S. 2009. *Ilmu Gizi 2*. Penerbit Paps Sinar Sinarti. Jakarta. 129 hal.
- Muyana, S., D. G. M Salamah., E. Hestiningrum., dan M. Barida. 2022. Pengaruh *Body Image* Terhadap Kepercayaan Diri Siswa. *Jurnal Konseling Gusjigang*, 8(1): 99-105.
- Nagl, M., A. Hilbert., M. de Zwaan., E. Brähler., and A. Kersting. 2016 The German version of the Dutch Eating Behavior Questionnaire. *Psychometric properties measurement invariance and population – based norms, PLoS ONE 2016*, 11(9): 1-15.
- Ni'mah, Z. S., dan V. Indrawati. 2022. Hubungan *Body Image* dan Perilaku Makan dengan Status Gizi Remaja Putri di SMK Negeri 1 Driyorejo Kabupaten Gresik. *Jurnal Gizi Unesa*, 2(2): 128-132.
- Nomate, E. S., M. L. Nur., dan S. M. Toy. 2017. Hubungan Teman Sebaya, Citra Tubuh dan Pola Konsumsi dengan Status Gizi Remaja Putri. *Unnes Journal of Public Health*, 6(3): 141-147.
- Nurfajri, P.A. 2017. Hubungan Antara Kebersyukuran dan *Body Image* pada Remaja Putri. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Ilmu Sosial dan Budaya Universitas Islam Indonesia. Yogyakarta.
- Pantaleon, M. G. 2019. Hubungan Pengetahuan Gizi dan Kebiasaan Makan dengan Status Gizi Remaja Putri di SMA Negeri II Kota Kupang. *CHMK Health Journal*, 3(3): 69-76.
- Papalia, and Olds. 2001. *Human Development* (Psikologi Perkembangan). Kencana. Jakarta. 522 hal.
- Pratita, R. dan A. Margawati. 2013. Hubungan Antara Derajat Sindrom Premenstruasi dan Aktivitas Fisik dengan Perilaku Makan pada Remaja Putri. *Journal of Nutrition College*, 2(4): 645-651.
- Pratiwi, L. R. 2021. Pengaruh *Body Image* Terhadap Kepercayaan Diri pada Remaja Modelling di Andika Production. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. Medan.
- Prihaningtyas, R. A. 2013. *Diet Tanpa Pantangan*. Media Pressindo. Cakrawala. Yogyakarta. 140 hal.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Putri, N. M. D. P., L. S. Ani., dan L. P. Ariatuti. 2018. Persepsi *Body image* Berhubungan dengan Status Gizi pada Pelajar SMA Negeri 1 Gianyar. *E-Jurnal Medika*, 7(11): 1-5.

Putri, Y. D. 2014. Faktor–Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Makan pada Remaja Putri di SMA Negeri 10 Padang Tahun 2013. *Jurnal Keperawatan*, 13(2): 2-24.

Rachmayani, S. A., K. Mury., dan V. Melani. 2018. Hubungan Asupan Zat Gizi dan Status Gizi Remaja Putri di SMK Ciawi Bogor. *Indonesian Journal of Human Nutrition*, 5(2): 125-130.

Rahayu, A., F. Yulidasari., dan M. I. Setiawan. 2019. *Dasar – Dasar Gizi*. CV Mine. Jakarta. 200 hal.

Rahman, N. A. 2019. Analisis Perilaku Makan Konsumsi Pangan Kadar Hemoglobin dan Prestasi Akademik pada Mahasiswa Program Studi S-1 Ilmu Gizi. *Skripsi*. Fakultas Ekologi Manusia. Institut Pertanian Bogor. Bogor.

Rahman, N., N. U. Dewi., dan F. Armawaty. 2016. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Makan pada Remaja SMA Negeri 1 Palu. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(1): 10-10.

Rahmat, I. 2022. Pengaruh Pendidikan Ibu dengan Status Gizi Siswa di SMK Bina Sehat Nusantara Kabupaten Bone Tahun 2022. *Jurnal Suara Kesehatan*, 8(1), 65-70.

Ramanda, R., Z. Akbar., dan R. M. K. Wirasti. 2019. Studi Kepustakaan Mengenai Landasan Teori Body Image Bagi Perkembangan Remaja. *Jurnal Edukasi: Jurnal Bimbingan Konseling*, 5(2): 121-135.

Rana, A. F. 2018. Hubungan Antara Perilaku Makan dengan Jumlah Konsumsi Buah dan Sayur pada Siswa Kelas XI SMA Negeri di Kota Malang. *Skripsi*. Fakultas Kedokteran. Universitas Brawijaya. Malang.

Riskesdas [Riset Kesehatan Dasar]. 2018. Laporan Provinsi Riau Riset Kesehatan Dasar 2018. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI 2018. Jakarta: Riskesdas RI.

Ritan, A. F. G., W. R. Murdiono., dan E. N. Syafitri. 2018. Hubungan *Body Image* dengan Pola Makan dan Aktivitas Fisik pada Mahasiswa Obesitas di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Respati Yogyakarta. *Jurnal Ilmu Gizi Indonesia*, 2(1): 25-32. DOI: <https://doi.org/10.35842/ilgi.v2i1.85>.

- Rozika, L. A dan N. Ramdhani. 2016. Hubungan Antara Harga Diri dan *Body Image* dengan Online Self-Presentation pada Pengguna Instagram. *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 2(3): 172-183.
- Saputri, M., H. Rahmawati., dan D. Viatrie. 2021. Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Intensi Perilaku Makan Sehat pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas MIPA Universitas Negeri Malang. *Flourishing Journal*, 1(5): 351-356. DOI: 10.17977/um070v1i52021p351-356.
- Sari, N., D. Kelana., dan P. Sopiah. 2023. Hubungan Citra Tubuh (*Body Image*) dengan Status Gizi Kek pada Siswi SMKN Sukasari. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(2): 954-959.
- Savitri, W. 2015. Hubungan *Body Image* Pola Konsumsi dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Siswi SMAN 63 Jakarta Tahun 2015. *Thesis*. Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Syarif Hidayatullah. Jakarta.
- Sawyer, SM, R.A. Afifi., L.H. Bearinger., S.J. Blakemore., B. Dick., A.C. Ezeh., G.C. Patton. 2012. Adolescence: a Foundation For Future Health. *The Lancet*, 379(9826): 1630-1640.
- Setyawati, V. A. V., dan M. Setyowati. 2015. Karakter Gizi Remaja Putri Urban dan Rural di Provinsi Jawa Tengah. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11(1): 43-52.
- Setyono, F. 2010. Hubungan *Body image* dan Tindakan Diet dengan Status Anemia dan Status Gizi Remaja Putri. *Skripsi*. Universitas Airlangga. Surabaya.
- Shara, F., W. Irza., dan S. Rima. 2017. Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMAN 2 Sawahlunto Tahun 2014. *Jurnal kesehatan andalas*, 6(1): 202-207.
- Silalahio, V., E. Aritonang., dan T. Ashar. 2016. Potensi Pendidikan Gizi dalam Meningkatkan Asupan Gizi pada Remaja Putri yang Anemia di Kota Medan. *KEMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11(2): 295-301.
- Sonya, M. A. 2019. Stress dan Perilaku Makan pada Mahasiswa. *Skripsi*. Universitas Islam Indonesia. Yogyakarta.
- Steint, T. V., A. Cebella dan J. R. Barrada. 2013. Internal Structure and Measurement Invariance Of The Dutch Eating Behavior Questionnaire (DEBQ) in a (Nearly) Representative Dutch Community Sample. *European Eating Disorders Review*, 6(1): 1-7.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarangi mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.


Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Stuart, G.W. 2006. *Buku Saku Keperawatan Jiwa Edisi 5*. Buku Kedokteran EGC. Jakarta. 439 hal.
- Sugiar, I. E., dan F. F. Dieny. 2018. Hubungan *Body Image* dengan Asupan Energi dan Protein Serta Perilaku Konsumsi Suplemen pada Mahasiswa di Semarang. *Journal of Nutrition College*, 7(1): 31-38.
- Suhardjo, 2008. *Perencanaan Pangan dan Gizi*. Jakarta. Bumi Aksara. 100 hal.
- Supriasa, N.D. 2016. *Penilaian Status Gizi*. Buku Kedokteran EGC. Jakarta. 396 hal.
- Tamrin, D.T. 2021. Pengaruh Stress Akademik Terhadap Perilaku Makan pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi di Kota Makasar. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Bosowa. Makasar.
- Thomas, G. 2011. A Typology For the Case Study in Social Science Following a Review of Definition, Discourse, and Structure. *Qualitative Inquiry*, 17(6): 511-521.
- Tsaqila, A.F. 2018. Pengaruh Kepuasan Pernikahan dan Body Image Terhadap Perilaku Makan Tidak Sehat pada Perempuan yang Sudah Menikah. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Hidayatullah Jakarta. Jakarta.
- Umami, D. 2019. *Psikologi Remaja*. IDEA Press Yogyakarta. Yogyakarta. 260 hal.
- Unun, Q. A. 2007. Hubungan Harga Diri dengan Perilaku Makan Tidak Sehat pada Remaja Putri. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Ilmu Sosial dan Budaya Universitas Islam Indonesia. Jakarta.
- Wianty, N. 2014. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pola Konsumsi Makanan Remaja. 3(3): *Ejournal Boga*, 47-50.
- Wahyuni, N. S., dan A. Anisty. 2021. Hubungan *Body Image* dengan Harga Diri pada Remaja Putri Penggemar Kpop di Komunitas Army Medan. *Journal of Education, Humaniora and Social Sciences (JEHSS)*, 3(3): 1365-1371.
- Wardani, S.F. 2018. Hubungan *Body Image* dan Pola Makan dengan Status Gizi Pada Mahasiswi *Islamic Boarding School*. *Skripsi*. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Darussalam Gontor. Jawa Timur
- Wati, D. K., dan S. Sri. 2017. Citra Tubuh pada Remaja Perempuan Gemuk dan Tidak Gemuk: Studi cross sectional. *Journal Amerta Nutrition*, 1(4): 398-405.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- WHO [World Health Organization]. 2018. *Guideline: Implementing Effective Actions for Improving Adolescent Nutrition*. Geneva (CH): WHO Press.
- WHO [World Health Organization]. 2021. *Obesity and overweight* retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>.
- Widianti, N., dan A. C. K. 2012. Hubungan Antara *Body Image* dan Perilaku Makan dengan Status Gizi Remaja Putri di SMA Theresiana Semarang. *Journal of Nutrition College*, 1(1): 398-404.
- Widnatusifah, E. S. M. Battung., B. Burhanuddin., N. Jafar., dan M. Amalia. 2020. Gambaran Asupan Zat Gizi dan Status Gizi Remaja Pengungsian Petobo Kota Palu. *Jurnal Gizi Masyarakat Indonesia*, 9(1): 18-19.
- Wijayanti, A., A. Margawati., dan H. S. Wijayanti. 2019. Hubungan Stres Perilaku Makan dan Asupan Zat Gizi dengan Status Gizi pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Journal of Nutrition College*, 8(1): 1-8.
- Yarah, S., dan Martina. 2021. Hubungan Informasi Konsumsi Junk Food dan Peran Teman Sebaya dengan Kejadian Obesitas pada Remaja Putri di SMA Abulyatama Kabupaten Aceh Besar. *Jurnal Aceh Medika*, 5(2): 87-94.
- Yulia, N.R. 2014. *Diet Remaja*. PT Mustika Pustaka Negeri. Jakarta. 139 hal.
- Yusinta, D. H., S. F. Pradigdo., dan M. Z. Rahfiludin. 2019. Hubungan *Body Image* dengan Pola Konsumsi dan Status Gizi Remaja Putri di SMPN 12 Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat* 7(2): 47-53.
- Yusintha, A. N., dan Adriyanto. 2018. Hubungan Antara Perilaku Makan dan Citra Tubuh dengan Status Gizi Remaja Putri Usia 15-18 Tahun. *Jurnal Amerta Nutrition*, 2(2): 147-154. DOI : 10.2473/amnt.v2i2.2018.147-154
- Zarei, M., M. N. M., Taib., F. Zarei., and H. A. Saad. 2013. Factors associated with body weight status of Iranian postgraduate students in university of putra malaysia. *Nursing and midwifery studies*, 2(4): 97-100



UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU