

Hubungan *Body Image* dan *Eating Disorder* dengan Status Gizi pada Remaja Perempuan Usia 15-18 Tahun

The Correlation between Body Image and Eating Disorder with Nutritional Status in Adolescent Girls 15-18 Years Old

Fildza Zahirah^{1*}, Bambang Wirjatmadi¹

¹Departemen Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga, Surabaya, 60115, Indonesia

Article Info

*Correspondence:

Fildza Zahirah
fildza.zahirah-2017@fkm.unair.ac.id

Submitted: 18-10-2023
Accepted: 23-01-2024
Published: 30-06-2024

Citation:

Zahirah, F., & Wirjatmadi, B. (2024). The Correlation between Body Image and Eating Disorder with Nutritional Status in Adolescent Girls 15-18 Years Old. *Media Gizi Kesmas*, 13(1), 397–403.
<https://doi.org/10.20473/mgk.v13i1.2024.397-403>

Copyright:

©2024 by Zahirah and Wirjatmadi, published by Universitas Airlangga. This is an open-access article under CC-BY-SA license.



ABSTRAK

Latar Belakang: Remaja perempuan memiliki kecenderungan menilai bentuk tubuh. Ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh dapat memengaruhi perilaku makan sehari-hari. Persepsi yang keliru mengenai *body image* dapat menimbulkan hasrat untuk kurus dan melakukan perilaku diet yang salah hingga mengalami gangguan makan. Perilaku makan yang buruk dan berlangsung lama akan mempengaruhi status gizi pada remaja.

Tujuan: Peneliti ingin menganalisis hubungan *body image* dan *eating disorder* dengan status gizi remaja usia 15-18 tahun.

Metode: Metode penelitian ini merupakan penelitian analitik observasional dengan design *case control* yang dilakukan pada 34 siswi kelas X dan XI di SMA Semen Gresik dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling*. Instrumen untuk mengukur perspektif bentuk tubuh menggunakan *Body Shape Questionnaire-34* (BSQ – 34) dan untuk menilai kecenderungan memiliki gangguan makan menggunakan *Eating Disorder Diagnostic Scale* (EDDS). Analisis uji statistik antar variabel menggunakan Fisher's exact test.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan terdapat 15 siswi (88,2%) berstatus gizi normal memiliki *body image* positif dan sebanyak 1 siswi (5,9%) berstatus gizi kurang memiliki *body image* negatif serta sebanyak 14 siswi (82,4%) berstatus gizi normal tidak memiliki kecenderungan gangguan makan dan sebanyak 2 siswi (11,8%) berstatus gizi kurang memiliki kecenderungan gangguan makan. Hasil analisis uji statistik menunjukkan tidak terdapat hubungan *body image* ($p = 1,000$) dan *eating disorder* ($p = 1,000$) dengan status gizi.

Kesimpulan: Kesimpulan pada penelitian ini adalah tidak ada hubungan antara *body image* dan *eating disorder* dengan status gizi remaja perempuan usia 15-18 tahun.

Kata kunci: Citra Tubuh, Gangguan Makan, Remaja, Status Gizi

ABSTRACT

Background: Adolescent girls tend to have thinner bodies. Dissatisfaction with body shape can affect daily eating behavior. Misperception of body image can lead to a desire to thin out and to misbehave in diet to have an eating disorder. Bad eating behavior that lasts a long time will affect the nutritional status of adolescents.

Objectives: This study aims to analyze the correlation between body image and eating disorders with the nutritional status of adolescents aged 15-18 years.

Methods: This method is observational analytical research with a case-control design on 34 teenage girls in classes X and XI at Semen Gresik High School with a sampling technique using Simple Random Sampling. The instrument for measuring body image uses the Body Shape Questionnaire-34 (BSQ-34) and to assess the tendency to have eating disorders using the Eating Disorder Diagnostic Scale (EDDS). Statistical test analysis between variables uses Fisher's exact test.

Results: The results showed that there were 15 girl students (88.2%) with normal nutritional status who had a positive body image, one girl student (5.9%) who had poor nutritional status had a negative body image, along with 14 girl students (82.4%) who had normal nutritional status not tended to have eating disorders, and many as two girl students (11.8%) with underweight nutritional status tended to have eating disorders. The results of statistical test analysis show that there is no correlation between body image ($p = 1,000$) and eating disorders ($p = 1,000$) with nutritional status.

Conclusions: This study concludes that no significant correlation exists between body image and eating disorders and the nutritional status of adolescent girls aged 15-18 years.

Keywords: Adolescent, Body Image, Eating Disorder, Nutritional Status

PENDAHULUAN

Remaja adalah salah satu kelompok usia yang rentan mengalami masalah gizi, karena pada masa tersebut merupakan masa kritis dalam pertumbuhan fisik, psikis dan perilaku. Pada masa pubertas remaja mengalami perubahan kondisi fisik (Pritasari, Damayanti and Nugraheni, 2017). Pada masa tersebut mempengaruhi remaja dalam menilai bentuk tubuh, berat badan, dan penampilannya (Voelker, Reel and Greenleaf, 2015).

Standar cantik di masyarakat saat ini lebih memilih dan menekankan aspek fisik tertentu seperti kurus dan langsinghal tersebut dapat mempengaruhi keyakinan remaja dalam menilai tubuhnya (Aparicio *et al.*, 2019; Kaziga *et al.*, 2021). Adanya faktor sosial tentang perspektif tubuh ideal dapat menimbulkan ketidakpuasan terhadap tubuhnya. Beberapa penelitian telah menyimpulkan bahwa perempuan memiliki kecenderungan yang lebih tinggi untuk menilai diri mereka sendiri sebagai tidak selaras dengan berat badan ideal dibandingkan dengan laki-laki (Heiman and Olenik-Shemesh, 2019). Ketidakpuasan pada tubuh merupakan faktor yang dapat menimbulkan masalah kesehatan yang serius (Amirkafi and Garrusi, 2019).

Ketidakpuasan dengan berat badan dan bentuk tubuh serta diet ketat yang dilakukan terus menerus dan rendahnya perasaan harga diri serta pengendalian diri dapat menyebabkan gangguan makan (Brytek-Matera and Czepczor, 2017). Gangguan makan merupakan kondisi kesehatan mental yang ditandai dengan gangguan dalam kebiasaan makan atau perilaku yang menyebabkan perubahan dalam asupan atau penyerapan makanan. Gangguan ini dapat berdampak signifikan pada kesejahteraan fisik dan psikososial. Gangguan makan juga dapat menyebabkan masalah serius pada kesehatan tubuh, seperti kardiovaskular, gastrointestinal, metabolik, tulang, dan sistem reproduksi (Rangé *et al.*, 2021)

Gangguan makan tidak jarang terjadi di kalangan remaja. *Eating disorder* mempengaruhi remaja dari semua jenis kelamin, bentuk tubuh, dan latar belakang sosial ekonomi. Secara global,

prevalensi *eating disorder* memiliki lebih dari dua kali lipat dari perkiraan 3,5% menjadi 7,8% dalam 10 tahun terakhir, dengan 40% kasus anoreksia nervosa (AN), bulimia nervosa (BN), dan *binge eating disorder* (BED) muncul pada remaja antara 15 hingga 19 tahun (Treasure, Duarte and Schmidt, 2020; Lantzouni and Grady, 2021). Adanya perasaan bahwa bentuk tubuh yang dimiliki tidak sesuai dengan keinginannya dan lingkungan dapat menimbulkan remaja melakukan perilaku diet yang salah dan dapat menyebabkan ketidakseimbangan konsumsi dan kebutuhan gizi dalam jangka panjang (Zuhdy, Ani and Utami, 2015).

Penilaian status gizi sangat penting dalam mengidentifikasi ketidakseimbangan gizi yang disebabkan oleh kondisi yang mendasarinya. Ukuran tubuh selama masa remaja dapat digunakan sebagai representasi untuk status gizi, *overnutrition* bermanifestasi sebagai *overweight* dan obesitas, sementara *undernutrition* dapat bermanifestasi sebagai *underweight* atau defisiensi zat gizi (Das *et al.*, 2017). Gizi yang kurang dan tidak seimbang dapat mempengaruhi kemampuan belajar, perilaku, dan kehadiran sekolah, menyebabkan penurunan prestasi akademik (Koca and Arkan, 2020).

Gresik adalah salah satu kota yang berada di Jawa Timur. SMA Semen Gresik merupakan sekolah yang berada di tengah Kota Gresik. Remaja perempuan, khususnya yang tinggal di perkotaan, berisiko mengalami ketidakpuasan terhadap tubuh dan gangguan makan (Mishra and Mukhopadhyay, 2010; Larson *et al.*, 2021). Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Sholikhah (2019) pada remaja SMA Yasmu Manyar Gresik sebesar 31,25% diantaranya memiliki *body image* negatif dan sebanyak 10,94% responden yang memiliki status gizi kurang dan mempunyai pola konsumsi yang kurang sehat. Hal tersebut dapat dipicu karena remaja perempuan memiliki kecenderungan mempunyai badan yang lebih kurus. Hal tersebut dapat menimbulkan masalah kesehatan seperti kemungkinan terjadinya anemia dan status gizi kurang pada remaja. Malnutrisi remaja bersifat multiplikasi, jika salah satu sistem fisiologis terpengaruh, perkembangan sistem lain juga akan

terganggu (Norris *et al.*, 2022). Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan *body image* dan *eating disorder* dengan status gizi remaja usia 15-18 tahun.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian observasional dengan desain penelitian menggunakan studi *case control*, dilakukan pada bulan Maret 2023. Populasi penelitian ini adalah remaja perempuan dengan rentang usia 15-18 tahun pada kelas X dan XI SMA Semen Gresik. Sebanyak 102 siswi menjalani proses skrining status gizi. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *simple random sampling*. Sampel kelompok kasus sebanyak 17 siswi gizi kurang dengan IMT/U -3 SD sampai dengan < -2 SD dan < -3 SD dan sampel kelompok kontrol sebanyak 17 siswi gizi normal dengan IMT/U -2 SD sampai dengan 1 SD. Sampel ditentukan dengan kriteria inklusi yaitu siswa bersedia berpartisipasi dalam penelitian, siswa berjenis kelamin perempuan, siswa berumur 15 sampai 18 tahun, terhitung sampai saat dilakukannya wawancara dan kriteria eksklusi yang ditetapkan merupakan remaja berstatus gizi lebih (*overweight*) dan obesitas atau hasil pengukuran IMT/U termasuk pada rentang + 1 SD sampai dengan +2 SD dan > + 2 SD

Pengambilan data primer meliputi kuesioner EDDS (*Eating Disorder Diagnostic Scale*) untuk mengukur ada atau tidaknya gangguan makan pada individu, kuesioner BSQ-34 (*Body Shape Questionnaire-34*) untuk mengukur *body dissatisfaction* atau ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh individu, pengukuran tinggi dan berat badan menggunakan *microtoise* dan timbangan sebagai indikator pengukuran status gizi. Parameter yang digunakan untuk remaja usia 15 hingga 18 tahun adalah Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U). Data berat badan, tinggi badan, dan umur diinput ke aplikasi WHO Anthro Plus dan hasil pengukuran akan dikategorikan dengan sesuai dengan Kemenkes RI.

Data yang telah didapatkan, kemudian diolah menggunakan SPSS. Data dianalisis menggunakan analisis univariat dan bivariat. Analisis data univariat digunakan untuk melihat gambaran distribusi variabel yang diteliti, analisis data bivariat bertujuan untuk melihat hubungan antar variabel. Uji

statistik yang dilakukan adalah uji *fisher' exact test*, pengambilan keputusan dengan tingkat kepercayaan sebesar 95%. Penelitian ini telah mendapat persetujuan layak etik dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga dengan nomor 43/EA/KEPK/2023 pada 17 Februari 2023. Responden yang berpartisipasi telah menyetujui untuk ikut serta dalam penelitian ini tanpa paksaan dari pihak manapun dan telah menandatangani *informed consent*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian pada tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas responden berusia 16 dan 17 tahun, terdapat 15 responden (44,1%) berusia 16 tahun, dan sebanyak 10 responden (29,5%) berusia 17 tahun. Remaja usia 15 sampai 17 tahun berada di tahap mulai mempersiapkan diri untuk menjadi dewasa muda. Pada tahap ini bisa menjadi salah satu tahap perkembangan remaja yang paling sulit. Remaja perempuan akan mengalami perubahan tubuh dan emosi menjelang fase pubertas, seperti penambahan berat badan, tinggi badan, dan bentuk tubuh (Riboli, Borlimi and Caselli, 2022).

Kebingungan akan muncul seperti di saat seorang remaja perempuan memandang dirinya sendiri atau orang-orang di sekitarnya bisa sangat berpengaruh. Selama pubertas, remaja perempuan akan merasa bingung karena perubahan fisik dalam tubuhnya. Persepsi tentang tubuh yang ideal dapat bervariasi berdasarkan usia, tetapi ketidakpuasan terhadap citra tubuh di kalangan remaja adalah penyebab yang kuat dari perilaku makan yang salah seperti pembatasan konsumsi makan, memuntahkan makanan, dan makan dalam jumlah yang besar (Opara and Santos, 2019).

Tingkatan kekhawatiran mengenai bentuk tubuh diukur menggunakan kuesioner BSQ-34. Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa, sebagian besar responden tidak memiliki kekhawatiran mengenai bentuk tubuhnya yaitu sebanyak 18 siswi (53%), namun masih ditemukan remaja perempuan yang memiliki kekhawatiran ringan hingga kekhawatiran nyata. Sejumlah 8 siswi (23,5%) memiliki kekhawatiran yang ringan mengenai bentuk tubuhnya, 5 siswa (14,7%) memiliki kekhawatiran sedang, dan sebanyak 3 siswi (8,8%) memiliki kekhawatiran yang nyata terhadap bentuk

Tabel 1. Distribusi Usia pada Remaja di SMA Semen Gresik Tahun 2023

Usia	Status Gizi				Total	
	Gizi Kurang		Gizi Normal			
	n	(%)	n	(%)	n	(%)
15 Tahun	3	17,6	5	29,4	8	23,5
16 Tahun	10	58,8	5	29,4	15	44,1
17 Tahun	3	17,6	7	41,2	10	29,5
18 Tahun	1	6,0	0	0,0	1	2,9

Tabel 2. Distribusi Tingkat Kekhawatiran Bentuk Tubuh pada Remaja di SMA Semen Gresik Tahun 2023

Body Image	Status Gizi				Total	
	Gizi Kurang		Gizi Normal		n	(%)
	n	(%)	n	(%)		
Tidak memiliki kekhawatiran	12	70,6	6	35,3	18	53
Memiliki kekhawatiran ringan	3	17,6	5	29,4	8	23,5
Memiliki kekhawatiran sedang	0	0,0	5	29,4	5	14,7
Memiliki kekhawatiran yang nyata	2	11,8	1	5,9	3	8,8

tubuhnya. Remaja perempuan cenderung memiliki lebih banyak timbunan lemak dan penambahan berat badan di sekitar area pinggul, sedangkan pria cenderung memiliki lebih banyak massa otot dan penambahan berat badan di sekitar area bahu (Das *et al.*, 2017). *Body image* atau perspektif citra tubuh adalah konsep yang dibentuk oleh lingkungan dan psikologi. Hal ini menjadi lebih penting bagi remaja karena mereka menjadi lebih sadar akan tubuh mereka, terutama selama pubertas.

Rasa khawatir terhadap bentuk tubuh sering kali bermula dari kecenderungan membandingkan diri dengan orang lain (Jiotsa *et al.*, 2021). Tindakan membandingkan tubuh sendiri dengan tubuh orang lain, khususnya dalam hal fisik, dikenal sebagai *body comparison*. Perbandingan antar tubuh dapat dikategorikan menjadi *downward* dan *upward*. *Downward comparison* yang berarti membandingkan diri sendiri dengan seseorang yang dianggap memiliki tubuh yang tidak menarik atau tidak diinginkan, sedangkan *upward comparison* merupakan membandingkan diri dengan seseorang yang dianggap memiliki tubuh yang menarik atau diinginkan. Remaja sering kali membandingkan hal ini dengan orang lain dalam hidupnya, seperti teman sebaya, anggota keluarga, atau bahkan dengan orang yang mereka lihat di media (Talbot, 2019). Perilaku ini sering terjadi pada individu dengan gangguan makan, meskipun mungkin memberikan hasil positif dalam jangka pendek, hal ini dapat menyebabkan citra tubuh negatif dalam jangka panjang (Laker and Waller, 2022).

Penilaian ada atau tidaknya kecenderungan gangguan makan dilihat dari hasil kuesioner EDDS. Tabel 3 menunjukkan bahwa, hasil pada penelitian ini mayoritas responden tidak memiliki kecenderungan gangguan makan, namun masih ditemukan 2 remaja (11,8%) gizi kurang dan 3 remaja gizi normal (17,6%) memiliki kecenderungan gangguan makan. Hal ini menunjukkan bahwa persentase remaja yang memiliki kecenderungan gangguan makan berasal dari kelompok remaja gizi normal. *Eating Disorder* atau gangguan makan adalah salah satu masalah yang biasanya terjadi pada remaja. Gangguan kompleks ini diyakini muncul dari interaksi berbagai faktor risiko. Gangguan makan didefinisikan sebagai gangguan dalam kebiasaan makan yang dapat berupa asupan makanan tidak mencukupi atau bahkan berlebih (Rikani *et al.*, 2013).

Tabel 3. Distribusi *Eating Disorder* pada Remaja di SMA Semen Gresik Tahun 2023

Eating Disorder	Status Gizi				Total	
	Gizi Kurang		Gizi Normal		n	(%)
	n	(%)	n	(%)		
Ya	2	11,8	3	17,6	5	14,7
Tidak	15	88,2	14	82,4	29	85,3

Penentuan penilaian *body image* berdasarkan hasil skor kuesioner BSQ-34. Apabila skor kuesioner < 110 poin maka termasuk *body image* positif dan jika poin \geq 110 maka termasuk dalam kelompok *body image* negatif. Pada penelitian ini sebagian besar responden dari kedua kelompok memiliki perspektif positif terhadap bentuk tubuhnya, namun masih ditemukan 2 remaja (11,8%) dengan status gizi normal dan 1 remaja (5,9%) berstatus gizi kurang memiliki perspektif negatif terhadap bentuk tubuhnya. Hal ini menunjukkan bahwa perspektif mengenai bentuk tubuh yang dimiliki remaja perempuan yang berstatus gizi normal maupun berstatus gizi kurang tergolong baik.

Persepsi mengenai citra tubuh dibagi menjadi dua jenis, *body image* positif dan *body image* negatif. *Body image* positif adalah ketika seseorang menghargai dan menerima tubuhnya, meskipun ada kekurangan yang dirasakannya. (Ramanda, Akbar and Wirasati, 2019). Orang yang memiliki citra tubuh positif merasa puas dengan tubuhnya dan menunjukkan harga diri (*self-respect*), kepedulian terhadap diri sendiri (*self-care*), dan kepercayaan diri (*self-confidence*). Sebaliknya, *body image* negatif mengacu pada persepsi negatif individu terhadap kondisi dan bentuk tubuhnya (Maryam and Ifdil, 2019). Hal ini dapat menimbulkan efek psikologis yang merugikan, termasuk kurangnya percaya diri dan keengganan untuk berinteraksi dengan orang lain (Sugiar and Fithra, 2018).

Berdasarkan tabel 4, hasil uji *Fisher's exact test* diperoleh *p-value* sebesar 1,000 yang berarti tidak terdapat hubungan *body image* dengan status gizi. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Nomate dkk (2017) yang menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara citra tubuh dengan status gizi remaja putri SMAN 1 Kupang dengan nilai *p-value* 0,369. Namun, Hal ini tidak selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Ripta (2023), penelitian yang dilakukan pada 425 siswi MAS Amaliyah Medan, hasil *Chi-square* sebesar

0,011 yang berarti terdapat hubungan citra tubuh dengan status gizi. Hasil penelitian lain yang dilakukan Marlina & Ernalina (2020) nilai *p-value* 0,000, yang menunjukkan terdapat hubungan *body image* dengan status gizi.

Tabel 4. Hubungan Persepsi Citra Tubuh dengan Status Gizi Siswi

Variabel	Status Gizi				<i>p value</i>
	Gizi Kurang		Gizi Normal		
	n	(%)	n	(%)	
<i>Body image</i>					
Negatif	2	11,8	1	5,9	1,000
Positif	15	88,2	16	94,1	

Ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh dapat menjadi faktor dengan masalah kesehatan. Rendah diri, depresi, diet yang berlebihan, dan olahraga berat adalah beberapa komplikasi ketidakpuasan tubuh. Selain masalah ini, komplikasi yang signifikan adalah gangguan makan (Amirkafi and Garrusi, 2019). Penerimaan remaja terhadap citra tubuh dipengaruhi oleh pengalaman sehari-hari mereka dengan teman sebaya (Papageorgiou, Fisher and Cross, 2022). Komentar negatif dari teman sebaya mengenai bentuk tubuh dapat menyebabkan remaja mengembangkan pikiran negatif tentang penampilan yang dimiliki, hal tersebut dapat mengakibatkan berkurangnya kepuasan terhadap tubuh mereka. Rendah diri juga dikaitkan dengan masalah citra tubuh, yang dapat menyebabkan perubahan perilaku pada remaja (Agustiningsih, Rohmi and Rahayu, 2020).

Gangguan makan adalah gangguan yang serius ditandai dengan perilaku makan atau pengendalian berat badan yang tidak normal (Stanghellini, 2019). Bentuk kekhawatiran ini bervariasi menurut jenis kelamin, pada pria contohnya masalah citra tubuh mungkin fokus pada otot, sedangkan pada wanita, kekhawatiran ini mungkin lebih fokus pada penurunan berat badan (Treasure, Duarte and Schmidt, 2020). Risiko gangguan makan dapat terjadi serta meningkat oleh adanya stres fisiologis yang dialami remaja (Salceanu, 2020).

Pada tabel 5, analisis hasil uji *Fisher's exact test* nilai *p-value* sebesar 1,000, yang berarti tidak terdapat hubungan antara gangguan makan dengan status gizi remaja. Hasil penelitian ini serupa dengan penelitian yang dilakukan pada remaja perempuan di Kabupaten Gresik, dengan hasil *p-value* 0,068 yang berarti tidak hubungan gangguan makan dengan status gizi (Ma'sunnah, Pribadi and Agnesia, 2021). Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Merita & Djayusmantoko (2020) di Kota Jambi. Penelitian dilakukan dengan sasaran siswi perempuan di 10 SMA di Kota Jambi, hasil uji statistik menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan gangguan makan dengan status gizi dengan *p-value*

0,657. Namun, tidak sejalan dengan penelitian Cynthia & Simanungkalit (2023) yang menunjukkan bahwa ada hubungan *eating disorder* dengan status gizi dengan nilai *p-value* 0,025.

Tabel 5. Hubungan *Eating Disorder* dengan Status Gizi Siswi

Variabel	Status Gizi				<i>p value</i>
	Gizi Kurang		Gizi Normal		
	n	(%)	n	(%)	
<i>Eating Disorder</i>					
Ya	2	11,8	3	17,6	1,000
Tidak	15	88,2	14	82,4	

Adanya gangguan makan yang berlangsung lama dapat mempengaruhi tingkat konsumsi makronutrien remaja. Gizi yang cukup dan seimbang dapat menunjang pertumbuhan fisik dan mental, membantu meningkatkan kinerja dan produktivitas (Cook *et al.*, 2020). Kurangnya kecukupan asupan zat gizi harian individu yang berlangsung lama dapat mempengaruhi status gizi seseorang.

Diet dipercaya dapat memperbaiki penampilan dengan cara membatasi konsumsi makanan. Pembatasan konsumsi makanan selama periode tertentu dianggap dapat mengurangi lemak tubuh. Hal ini terjadi karena adanya perasaan tidak puas dengan bentuk tubuh yang dimiliki oleh remaja putri (Putri and Indryawati, 2019). Pola makan yang terdiri dari porsi kecil bisa dianggap tidak sehat. Hal ini disebabkan fakta bahwa mengonsumsi makanan dengan energi yang jauh lebih sedikit daripada yang dibutuhkan tubuh dapat mengakibatkan kekurangan gizi, serta berdampak negatif pada metabolisme dan kesehatan secara keseluruhan jika dilakukan dalam jangka panjang (Sari, Noviasy and Ifroh, 2021). Kekurangan atau keterbatasan penelitian ini adalah memiliki cakupan yang terbatas, karena hanya berfokus pada satu Sekolah Menengah Atas. Oleh karena itu, data ini mungkin tidak mewakili keseluruhan populasi remaja perempuan dan kurang memperoleh gambaran hubungan *body image* dan *eating disorder* dengan status gizi remaja.

KESIMPULAN

Hasil analisis uji statistik menunjukkan tidak terdapat hubungan antara *body image* dan *eating disorder* dengan status gizi remaja perempuan usia 15-18 tahun. Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengeksplorasi variabel tambahan yang secara langsung maupun tidak langsung dapat mempengaruhi status gizi, yang tidak dipertimbangkan dalam penelitian ini. Variabel tersebut meliputi faktor eksternal yang mempengaruhi citra tubuh (seperti lingkungan sosial dan penggunaan media sosial) serta pengetahuan gizi.

Acknowledgement

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pada dosen Prodi Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga yang telah membantu serta memberikan masukan dalam penyusunan artikel, dan Kepala Sekolah, Guru, dan Siswi SMA Semen Gresik yang telah membantu pelaksanaan penelitian.

Conflict of Interest

Para penulis tidak memiliki konflik kepentingan dalam penelitian ini.

Author Contributions

FZ: conceptualization, data curation, writing-review & editing. BW: formal analysis, supervision, validation

REFERENSI

- Agustiningsih, N., Rohmi, F. and Rahayu, Y.E. (2020) 'Hubungan body image dengan harga diri pada remaja putri usia 16-18 tahun', *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8(2), pp. 109–115. doi:10.32831/jik.v8i2.244.
- Amirkafi, A. and Garrusi, B. (2019) 'Review of Body Image and some of Contributing Factors in Iranian Population', *International Journal of Preventive Medicine*, 10(19). doi:10.4103/ijpvm.IJPVM.
- Aparicio, P.M. *et al.* (2019) 'Social media, thin-ideal, body dissatisfaction and disordered eating attitudes: An exploratory analysis', *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(21), pp. 1–16. doi:10.3390%2Fijerph16214177.
- Brytek-Matera, A. and Czepczor, K. (2017) 'Models of eating disorders: A theoretical investigation of abnormal eating patterns and body image disturbance', *Archives of Psychiatry and Psychotherapy*, 19(1), pp. 16–26. doi:10.12740/APP/68422.
- Cook, N.R. *et al.* (2020) 'Sodium and health-concordance and controversy', *BMJ (Clinical research ed.)*, 369, p. m2440. doi:10.1136/bmj.m2440.
- Cynthia, H. and Simanungkalit, S.F. (2023) 'Hubungan Citra Tubuh, Gangguan Makan, dan Tingkat Stres dengan Status Gizi Mahasiswa Program Studi Gizi UPN Veteran Jakarta', *Jurnal Gizi Kesehatan*, 15(1), pp. 33–44. doi:10.35473/jgk.v15i1.370.
- Das, J.K. *et al.* (2017) 'Nutrition in adolescents : physiology , metabolism , and nutritional needs', *Annals of the New York Academy of Sciences*, pp. 21–33. doi:10.1111/nyas.13330.
- Heiman, T. and Olenik-Shemesh, D. (2019) 'Perceived body appearance and eating habits: The voice of young and adult students attending higher education', *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(3), pp. 1–12. doi:10.3390/ijerph16030451.
- Jiotsa, B. *et al.* (2021) 'Social media use and body image disorders: Association between frequency of comparing one's own physical appearance to that of people being followed on social media and body dissatisfaction and drive for thinness', *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(6), pp. 1–14. doi:10.3390/ijerph18062880.
- Kaziga, R. *et al.* (2021) 'Beauty is skin deep; the self-perception of adolescents and young women in construction of body image within the ankole society', *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(15). doi:10.3390/ijerph18157840.
- Koca, B. and Arkan, G. (2020) 'The relationship between adolescents' nutrition literacy and food habits, and affecting factors', *Public Health Nutrition* [Preprint], (3). doi:10.1017/S1368980020001494.
- Laker, V. and Waller, G. (2022) 'Does comparison of self with others influence body image among adult women? An experimental study in naturalistic settings', *Eating and Weight Disorders*, 27(2), pp. 597–604. doi:10.1007/s40519-021-01196-3.
- Lantzouni, E. and Grady, R. (2021) 'Eating Disorders in Children and Adolescents: A Practical Review and Update for Pediatric Gynecologists', *Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology*, 34(3), pp. 281–287. doi:10.1016/j.jpag.2021.01.010.
- Larson, N. *et al.* (2021) 'Body dissatisfaction and disordered eating are prevalent problems among U.S. young people from diverse socioeconomic backgrounds: Findings from the EAT 2010–2018 study', *Eating Behaviors*, 42, pp. 1–19. doi:10.1016/j.eatbeh.2021.101535.
- Ma'sunnah, K., Pribadi, H.P. and Agnesia, D. (2021) 'Hubungan Pengetahuan Gizi, Persepsi Citra Tubuh dan Gangguan Makan dengan Status Gizi Remaja Putri Sekolah Menengah Kejuruan di Kabupaten Gresik.', *Ghidza Media Journal*, 3(1), pp. 207–214. doi:10.30587/ghidzamediajournal.v3i1.3084.
- Marlina, Y. and Ernalina, Y. (2020) 'Hubungan Persepsi Body Image dengan Status Gizi Remaja Pada Siswa SMPN 8 di Pekanbaru', *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 6(2), pp. 183–187. doi:10.25311/keskom.vol6.iss2.540.
- Maryam, S. and Ifdil (2019) 'Hubungan Body Image dengan Penerimaan Diri Mahasiswa Putri',

- JAIPTEKIN / Jurnal Aplikasi IPTEK Indonesia, 3(3), pp. 129–136. doi:10.24036/4.13148.
- Merita, N.H. and Djayusmantoko (2020) 'Persepsi Citra Tubuh, Kecenderungan Gangguan Makan, dan Status Gizi pada Remaja Putri di Kota Jambi', *Journal of Nutrition College*, 9(2), pp. 81–86. doi:10.14710/jnc.v9i2.24603.
- Mishra, S.K. and Mukhopadhyay, S. (2010) 'Eating and weight concerns among Sikkimese adolescent girls and their biocultural correlates: An exploratory study', *Public Health Nutrition*, 14(5), pp. 853–859. doi:10.1017/S1368980010002478.
- Nomate, E.S., Nur, M.L. and Toy, S.M. (2017) 'Hubungan Teman Sebaya, Citra Tubuh, dan Pola Konsumsi dengan Status Gizi Remaja Putri', *Unnes Journal of Public Health*, 6(3). doi:10.15294/ujph.v6i3.17016.
- Norris, S.A. et al. (2022) 'Nutrition in adolescent growth and development', *The Lancet*, 399(10320), pp. 172–184. doi:10.1016/S0140-6736(21)01590-7.
- Opara, I. and Santos, N. (2019) 'A Conceptual Framework Exploring Social Media, Eating Disorders, and Body Dissatisfaction Among Latina Adolescents', *Hispanic Journal of Behavioral Sciences*, 41(3), pp. 363–377. doi:10.1177/0739986319860844.
- Papageorgiou, A., Fisher, C. and Cross, D. (2022) "'Why don't I look like her?'" How adolescent girls view social media and its connection to body image', *BMC Women's Health*, 22(1), pp. 1–13. doi:10.1186/s12905-022-01845-4.
- Pritasari, Damayanti, D. and Nugraheni, L.T. (2017) 'Gizi dalam Daur Kehidupan', *Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan* [Preprint].
- Putri, D.A. and Indryawati, R. (2019) 'Body Dissatisfaction Dan Perilaku Diet Pada Mahasiswi', *Jurnal Psikologi*, 12(1), pp. 88–97. doi:10.35760/psi.2019.v12i1.1919.
- Ramanda, R., Akbar, Z. and Wirasati, R.A.M.K. (2019) 'Studi Kepustakaan Mengenali Landasan Teori Body Image Bagi Perkembangan Remaja', *JURNAL EDUKASI Jurnal Bimbingan Konseling*, 5(2), pp. 120–135. doi:10.22373/je.v5i2.5019.
- Rangé, H. et al. (2021) 'Eating disorders through the periodontal lens', *Periodontology* 2000, 87(1), pp. 17–31. doi:10.1111/prd.12391.
- Riboli, G., Borlimi, R. and Caselli, G. (2022) 'A qualitative approach—delineates changes on pubertal body image after menarche', *International Journal of Adolescence and Youth*, 27(1), pp. 111–124. doi:10.1080/02673843.2022.2032219.
- Rikani, A.A. et al. (2013) 'A critique of the literature on etiology of eating disorders', *Annals of Neurosciences*, 20(4), pp. 157–161. doi:10.5214/ans.0972.7531.200409.
- Ripta, F. et al. (2023) 'Persepsi Body Image dan Status Gizi pada Remaja', *Ikesma: Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 19(1). doi:10.19184/ikesma.v.
- Salceanu, C. (2020) 'Eating Disorder Risk and Personality Factors in Adolescent Girls', *Postmodern Openings*, 11(1Sup1), pp. 158–176. doi:10.18662/po/11.1sup1/128.
- Sari, N., Noviasy, R. and Ifroh, R.H. (2021) 'Dietary Behavior and the Risk of Developing Eating Disorders among Adolescent Girls who Participate in Modern Dance', *J. Gizi Pangan*, 16(28), pp. 81–88. Available at: <http://journal.ipb.ac.id/index.php/jgizipangan>.
- Sholikhah, D.M. (2019) 'Hubungan Antara Body Image dan Kebiasaan Makan dengan Status Gizi Remaja (Studi Kasus di SMA Yasmu Manyar Kabupaten Gresik)', *UNES Journal of Sciencetech Research*, 4(1), pp. 27–34.
- Stanghellini, G. (2019) 'Embodiment and the Other's look in feeding and eating disorders', *World Psychiatry*, 18(3), pp. 364–365. doi:10.1002/wps.20683.
- Sugiar, I.E. and Fithra, D.F. (2018) 'Hubungan Body Image dengan Asupan Energi dan Protein serta Perilaku Konsumsi Suplemen pada Mahasiswa di Semarang', *Journal of Nutrition College*, 7(1), pp. 3–10. doi:10.14710/jnc.v7i1.20779.
- Talbot, D. (2019) 'Body Dissatisfaction: The Ideal Body and a Summary of Theories of Development and Maintenance', *The University of Notre Dame, Australia*, pp. 1–11.
- Treasure, J., Duarte, T.A. and Schmidt, U. (2020) 'Eating disorders', *The Lancet*, 395(10227), pp. 899–911. doi:10.1016/S0140-6736(20)30059-3.
- Voelker, D.K., Reel, J.J. and Greenleaf, C. (2015) 'Weight status and body image perceptions in adolescents: current perspectives', *Adolescent Health, Medicine and Therapeutics*. Dovepress, 6, pp. 149–158. doi:10.2147%2FAHMT.S68344.
- Zuhdy, N., Ani, L.S. and Utami, W.A.U. (2015) 'Aktivitas Fisik, Pola Makan dan Status Gizi Pelajar Putri SMA di Denpasar Utara (Physical Activity, Food Consumption and Nutritional Status among Female High School Students in North Denpasar)', *Public Health and Preventive Medicine Archive (PHPMA)*, 3(1), pp. 78–83. doi:10.15562/phpma.v3i1.92.