

## Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Pada Remaja Di SMPN 12 Kuala Lempuing Kota Bengkulu

## Factors Affecting Nutritional Status Of Adolescents A SMPN 12 Kuala Lempuing Bengkulu City

Maylina Dewi Sinaga <sup>1)</sup>; Retni <sup>2)</sup>; Julius Habibi <sup>3)</sup>

<sup>1)</sup> Universitas Dehasen Bengkulu

<sup>2,3)</sup> Universitas Dehasen Bengkulu

Email:<sup>1)</sup> [maylina.sinaga25@gmail.com](mailto:maylina.sinaga25@gmail.com) ;<sup>2)</sup> [retniseqinim@gmail.com](mailto:retniseqinim@gmail.com) ;<sup>3)</sup> [juliushabibi@unived.ac.id](mailto:juliushabibi@unived.ac.id)

### How to Cite :

Sinaga, D, M., Retni., H, Julius, J. (2025). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Pada Remaja Di SMPN 12 Kuala Lempuing Kota Bengkulu. Jurnal Kesehatan Mitra Sekawan. 1(2). DOI: <https://doi.org/10.70963/jkmp.v1i2>

### ARTICLE HISTORY

Received [15 Oktober 2024]

Revised [18 Januari 2025]

Accepted [04 Maret 2025]

### KEYWORDS

Nutritional Status Adolescence  
Knowledge, Diet, Body Image.

This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license



### ABSTRAK

Status gizi merupakan keadaan yang ditentukan oleh derajat kebutuhan fisik terhadap energi dan zat-zat gizi yang diperoleh dari pangan dan makanan yang dampak fisiknya dapat diukur. Prevalensi status gizi (IMT/U) pada Remaja Umur 13-15 tahun menurut Provinsi Bengkulu tahun 2018 ditemukan remaja dengan status gizi sangat kurus 1,0 % kurus 6,5%, normal 75,9 %, gemuk 12,6 %, dan obesitas 3,9%. Prevalensi status gizi (IMT/U) pada remaja umur 13-15 tahun di kota Bengkulu tahun 2018 ditemukan remaja dengan status gizi sangat kurus 2,43 %, kurus 7,17%, normal 66,53%, gemuk 17,60%, dan obesitas 6,27%. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi pada remaja di SMPN 12 Kuala Lempuing Kota Bengkulu. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain cross sectional. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 82 orang, diambil dengan cara random sampling. Analisis data dilakukan dengan uji chi-square dengan tingkat kemaknaan 95%. Hasil analisis menunjukkan sebagian besar siswa/i dengan status gizi kurang dan pengetahuan kurang, sebagian besar siswa/i memiliki pola makan buruk dengan status gizi kurang dan sebagian siswa/i memiliki body image positif dengan status gizi kurang. Berdasarkan analisis bivariat didapatkan hasil ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan status gizi kurang, ada hubungan yang signifikan antara pola makan dengan status gizi kurang dan analisis bivariat pada body image di dapatkan hasil tidak ada hubungan yang signifikan antara body image dengan status gizi kurang di SMPN 12 Kuala Lempuing Kota Bengkulu. Diharapkan sekolah dapat lebih dalam memberikan informasi mengenai gizi pada siswa/i remaja di SMPN 12 Kuala lempuing Kota Bengkulu.

### ABSTRACT

Nutritional status is a condition determined by the degree of physical need for energy and nutrients obtained from food and foods whose physical impacts can be measured. The prevalence of nutritional status (BMI/U) in Adolescents aged 13-15 years according to Bengkulu Province in 2018 found adolescents with very thin nutritional status of 1.0%, thin 6.5%, normal 75.9%, fat 12.6%, and obesity 3.9%. The prevalence of nutritional status (BMI/U) in adolescents aged 13-15 years in the city of Bengkulu in 2018 found adolescents with very thin nutritional status of 2.43%, thin 7.17%, normal 66.53%, obese 17.60%, and obesity 6.27%. This study aims to determine the factors that influence the nutritional status of adolescents at SMPN 12 Kuala Lempuing, Bengkulu City. This type of research is quantitative with a cross sectional design. The sample in this study amounted to 82 people, taken by random sampling. Data analysis was carried out using the chi-square test with a significance level of 95%. The results of the analysis show that the majority of students have poor nutritional status and lack of knowledge, the majority of students have poor eating patterns with poor nutritional status and some students have a positive body image with poor nutritional status. Based on bivariate

*analysis, the results showed that there was a significant relationship between knowledge and malnutrition status, there was a significant relationship between diet and malnutrition status and bivariate analysis on body image showed that there was no significant relationship between body image and malnutrition status in SMPN 12 Kuala Lempuing Bengkulu City. It is hoped that schools can provide more information about nutrition to teenage students at SMPN 12 Kuala Lempuing, Bengkulu City.*

## PENDAHULUAN

Data Riskesdas 2018 menunjukkan sekitar 25,7% remaja Indonesia dalam rentang usia 13-15 tahun yang memiliki status gizi sangat pendek dan pendek, sementara pada kelompok usia 16-18 tahun mencapai 26,9%. Adapun remaja yang mengalami keadaan gizi sangat kurus dan kurus memiliki persentase sebesar 8,7% pada usia 13-15 tahun dan 8,1% pada usia 16-18 tahun. Untuk status gizi obesitas, persentasenya adalah 6,7% pada usia 13-15 tahun dan 4,5% pada kelompok usia 16-18 tahun (Kemenkes RI, 2018). Prevalensi status gizi (IMT/U) pada Remaja Umur 13-15 tahun menurut Provinsi Bengkulu tahun 2018 ditemukan remaja dengan status gizi sangat kurus 1,0 % kurus 6,5%, normal 75,9 %, gemuk 12,6 %, dan obesitas 3,9%.

Prevalensi status gizi (IMT/U) pada remaja umur 13-15 tahun di kota Bengkulu tahun 2018 ditemukan remaja dengan status gizi sangat kurus 2,43 %, kurus 7,17%, normal 66,53%, gemuk 17,60%, dan obesitas 6,27% (Riskesdas, 2018), (Saputri 2018). Berdasarkan pra penelitian yang dilakukan di Dinas Kesehatan Kota Bengkulu, dari 57 sekolah SMP/MTS/SLB yang di jaring dengan total siswa/siswi yang di lakukan penjarangan sebanyak 5.830 (77%).

Penilaian status gizi sangat kurus tertinggi berada pada SMPN 12 Lempuing sebanyak 52 orang, kurus sebanyak 8 orang, gemuk sebanyak 3 dan obesitas sebanyak 8 orang dengan jumlah siswa yang di lakukan penjarangan sebanyak 156 orang siswa. Berdasarkan hasil survei awal yang di lakukan di SMPN 12 Kuala Lempuing dari 10 orang siswa/siswi di dapatkan sebanyak 7 siswa/i kurang mengetahui pengetahuan tentang status gizi. Dari 10 siswa/i yang memiliki pola makan kurang sebanyak 7 orang siswa/i. Dan dari 10 siswa/i yang mementingkan *body image* sebanyak 8 orang siswa/i.

## LANDASAN TEORI

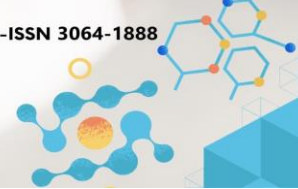
Gizi adalah suatu ukuran mengenai kondisi tubuh seseorang yang dapat dilihat dari makanan yang dikonsumsi dan penggunaan zat-zat gizi didalam tubuh. Status gizi merupakan keadaan yang ditentukan oleh derajat kebutuhan fisik terhadap energi dan zat-zat gizi yang diperoleh dari pangan dan makanan yang dampak fisiknya dapat diukur. (Kawatu 2022). Status gizi terbagi menjadi lima kategori : kurus, normal, gemuk, dan obesitas (Kemenkes RI, 2023). Status gizi normal merupakan suatu ukuran status gizi dimana terdapat keseimbangan antara jumlah energi yang masuk ke dalam tubuh dan energi yang dikeluarkan dari luar tubuh sesuai dengan kebutuhan individu.

Energi yang masuk kedalam tubuh dapat berasal dari karbohidrat, protein, lemak dan zat gizi lainnya. Status gizi kurang sering disebut undernution merupakan keadaan gizi seseorang dimana jumlah energi yang masuk lebih sedikit dari energi yang dikeluarkan. Hal ini dapat terjadi karena jumlah energi yang masuk lebih sedikit dari anjuran kebutuhan individu. Status gizi lebih atau overnutrition merupakan keadaan gizi seorang dimana jumlah energy yang masuk kedalam tubuh lebih besar dari jumlah energy yang dikeluarkan.

## METODE PENELITIAN

### Metode Analisis

Penelitian ini menggunakan pendekatan Kuantitatif dengan desain studi cross sectional yaitu dimana variabel yang termasuk faktor resiko dan variabel yang termasuk diobservasi atau sekaligus pada waktu yang bersamaan (Sugiyono, 2019). Penelitian ini telah dilakukan di SMPN 12 Kuala Lempuing Kota Bengkulu. Populasi dalam penelitian ini adalah siswi anak remaja yang ada di SMPN 12 Kuala Lempuing Kota Bengkulu yang berjumlah 432 orang. sampel sebanyak 82 siswa/i. penelitian ini menggunakan purposive sampling.



## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

#### Analisis Univariat

Gambaran Status Gizi Siswa/i SMPN 12 Kuala Lempuing Kota Bengkulu

**Tabel 1 Distribusi Frekuensi Status Gizi**

No	Status Gizi	Frekuensi	Presentase (%)
1.	Gizi Kurang	47	57 %
2.	Gizi Baik	26	32 %
3.	Gizi Lebi	9	11 %
<b>Jumlah</b>		<b>82</b>	<b>100%</b>

Distribusi Frekuensi Pengetahuan Siswa/i di SMPN 12 Kuala Lempuing Kota Bengkulu

**Tabel 2 Distribusi Frekuensi Pengetahuan**

No	Pengetahuan	Frekuensi	Presentase (%)
1.	Kurang	43	52 %
2.	Cukup	26	32%
3.	Baik	13	16%
<b>Jumlah</b>		<b>82</b>	<b>100%</b>

Distribusi Frekuensi Pola Makan

**Tabel 3 Distribusi Frekuensi Pola Makan**

No	Pola Makan	Frekuensi	Presentase (%)
1.	Buruk	64	78%
2.	Baik	18	22%
<b>Jumlah</b>		<b>82</b>	<b>100%</b>

Lama Menstruasi	Frekuensi	Persentase %
< 7 hari/minggu	34	53,1
>7 hari/minggu	30	46,9
<b>Jumlah</b>	<b>64</b>	<b>100.00</b>

Distribusi Frekuensi Body Image

**Tabel 4 Distribusi Frekuensi Body Image**

No	Body Image	Frekuensi	Presentase (%)
1.	Positif	58	71 %
2.	Negatif	24	29 %
<b>Jumlah</b>		<b>82</b>	<b>100%</b>

### Analisis Bivariat

Hubungan Pengetahuan dengan Status Gizi Di SMPN 12 Kuala Lempuing Kota Bengkulu

**Tabel 5 Hubungan Pengetahuan dengan Status Gizi di SMPN 12 Kuala Lempuing Kota Bengkulu**

Pegetahua n	Satus Gizi						Total		P
	Kurang		Baik		Lebih		N	%	
	n	%	n	%	n	%			
Kurang	35	42,7	4	4,9	4	4,9	43	100	0,000
Cukup	12	14,6	12	14,6	2	2,4	26	100	
Baik	0	0	10	12,2	3	3,7	13	100	

Hubungan Pola Makan dengan Status Gizi di SMPN 12 Kuala Lempuing Kota Bengkulu

**Tabel 6 Hubungan Pola Makan dengan Status Gizi di SMPN 12 Kuala Lempuing Kota Bengkulu**

Pola Makan	Satus Gizi						Total		P
	Kurang		Baik		Lebih		N	%	
	n	%	n	%	n	%			
Buruk	42	51,2	17	20,7	4	4,9	64	100	0,004
Baik	5	6,1	9	11,0	5	6,1	18	100	

Hubungan Body Image dengan Status Gizi di SMPN 12 Kuala Lempuing Kota Bengkulu

**Tabel 7 Hubungan Body Image dengan Status Gizi di SMPN 12 Kuala Lempuing Kota Bengkulu**

Body Image	Satus Gizi						Total		P
	Kurang		Baik		Lebih		N	%	
	n	%	n	%	n	%			
Positif	36	32,7	17	20,7	4	4,9	58	100	0,150
Negatif	11	13,4	9	11,0	5	6,1	24	100	

## Pembahasan

### Hubungan Pengetahuan Siswa/i SMPN 12 Kuala Lempuing Kota Bengkulu

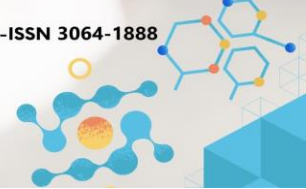
Berdasarkan hasil penelitian dari 82 siswa/i yang memiliki pengetahuan kurang dengan status gizi kurang sebanyak 35 siswa/i (42,7) dengan jumlah laki-laki 23 dan perempuan 12. Kondisi 42,7% siswa/i ini dikarenakan kebanyakan siswa/i di SMPN 12 Kuala lempuing mengatakan kurang mengetahui dan memahami tentang gizi. Hasil analisis uji Chi-Square (continuity correction) menunjukkan bahwa nilai  $p=0.000$  yang berarti kurang dari  $\alpha=0,05$ , maka dapat disimpulkan ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan status gizi remaja di SMPN 12 Kuala Lempuing Kota Bengkulu. Hasil penelitian ini sejalan penelitian Andi Elisa,dkk (2023) Di SMP Negeri 29 Samarinda, menunjukkan dari uji chi square terdapat hubungan yang signifikan antara Pengetahuan Gizi terhadap Status Gizi Remaja Putri dengan  $p=0,000$ . Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan, bahwasanya status gizi yang semakin membaik pasti akan diikuti pula dengan pengetahuan terkait gizinya juga semakin baik.

### Hubungan Pola Makan Siswa/i di SMPN 12 Kuala Lempuing Kota Bengkulu

Berdasarkan hasil penelitian dari 82 siswa/i yang memiliki pola makan buruk dengan status gizi kurus sebanyak 42 siswa/i (51,2%) dengan laki – laki sebanyak 25 dan perempuan sebanyak 17 . Kondisi 51,2% ini dikarenakan siswa/i di SMPN 12 Kuala lempuing lebih senang jajan di bandingkan makan nasi, kebiasaan memilih makan dan siswa/i lebih sering makan 1x sehari dikarenakan nafsu makan yang rendah. Hasil analisis uji Chi-Square (continuity correction) menunjukkan bahwa nilai  $p=0.004$  yang berarti kurang dari  $\alpha=0,05$ , maka dapat disimpulkan ada hubungan yang bermakna antara pola makan dengan status gizi remaja di SMPN 12 Kuala Lempuing Kota Bengkulu. Hasil penelitian ini sejalan penelitian Seri Murni Kawatu (2021) yang menyatakan hasil uji Chi Square, dimana nilai ( $p=0,000$ ). hal ini mengidentifikasi  $H_0$  ditolak, artinya ada hubungan pola makan dengan status gizi pada remaja usia 13-15 tahun dipesantren AL-Yusufiah Kecamatan Angkola. Pola makan yang baik dalam hal ini adalah dengan mengonsumsi jenis makanan yang beragam (Agnes Felisitas H.Ritan, dkk 2018). Berdasarkan penelitian ini remaja putri 31 siswa/i menjawab jarang makan makanan yang memenuhi gizi ‘isi piringku’ (makanan pokok + lauk + sayur + buah), 27 siswa/i menjawab jarang mengonsumsi buah setiap hari, dan 29 siswa/i menjawab jarang mengonsumsi sayur setiap hari. serta 33 siswa/i menyatakan jarang pada pernyataan saya makan nasi 3 – 4 kali dalam sehari. Hal ini dapat mengakibatkan asupan makan tidak sesuai kebutuhan dan gizi seimbang dengan akibatnya terjadi gizi kurang. Mengonsumsi sayur dan buah diperlukan tubuh sebagai sumber vitamin, mineral dan serta dalam mencapai pola makan sesuai anjuran pedoman gizi seimbang untuk kesehatan yang optimal. Konsumsi sayur dan buah bias berat badan karena sayur dan buah mengandung serat yang merupakan sumber antioksidan dan fitokimia dan jika dikonsumsi memiliki kalori rendah (Putri Aulia Arza, 2021).

### Hubungan Body Image Siswa/i SMPN 12 Kuala Lempuing Kota Bengkulu

Berdasarkan hasil penelitian dari 82 siswa/i yang memiliki *body image* positif dengan status gizi kurang sebanyak 36 siswa/i (13,4%) dengan laki – laki sebanyak 21 dan perempuan sebanyak 15. Hal ini terlihat dari pernyataan responden yang sebagian besar menjawab setuju pada pertanyaan “menurut saya, seluruh penampilan tubuh saya menarik” yaitu sebanyak 53 responden. Serta sebagian besar yaitu



48 responden menyatakan setuju pada pertanyaan secara keseluruhan, saya puas dengan bentuk tubuh saya. Hasil analisis uji Chi-Square (continuity correction) menunjukkan bahwa nilai  $p=0.150$  yang berarti kurang dari  $\alpha=0,05$ , maka dapat disimpulkan tidak ada hubungan yang bermakna antara body image dengan status gizi remaja di SMPN 12 Kuala Lempuing Kota Bengkulu. Hasil penelitian ini sejalan penelitian Mia Apriyani dkk., (2024) menunjukkan Hasil uji spearman didapatkan nilai  $p\text{-value}=0,378$  ( $p > 0,05$ ). Artinya tidak terdapat hubungan antara body image dengan status gizi. Dampak yang ditimbulkan dari persepsi body image positif pada remaja dengan status gizi lebih dan obesitas juga memberikan pengaruh yang buruk pada kondisi tubuhnya. Dimana remaja dengan persepsi yang negatif terhadap bentuk tubuhnya secara tidak langsung dapat mempengaruhi rasa kepercayaan diri. Namun remaja dengan persepsi yang positif terhadap bentuk tubuhnya akan memberikan rasa puas terhadap tubuhnya (Nomate dkk, 2017). Menurut Rosidawati, Pudjiati dan Prayetni, (2019), memperoleh hasil bahwa siswa yang memiliki body image positif dengan IMT yang lebih dapat timbul diakibatkan oleh kenaikan IMT yang tidak terlalu meningkat dari IMT normal sehingga perubahan fisik yang terjadi tidak terlihat. Tingkat kepercayaan diri yang tinggi juga menyebabkan siswa tidak memfokuskan diri pada penampilan dan masalah kenaikan berat badannya. Tidak hanya itu saja, persepsi body image positif pada remaja dengan status gizi kurangnya juga sama-sama memberikan dampak yang buruk. Hal ini dapat terjadi karena adanya body image positif akan memberikan rasa puas dan percaya diri terhadap tubuhnya. Banyak kalangan remaja yang menganggap bahwa memiliki tubuh yang kurus dan langsing merupakan tubuh yang ideal (Siswadi dkk.,2020). Sehingga membuat remaja tidak berniat untuk memperbaiki status gizinya dan cenderung menginginkan tubuh yang kurus dan langsing (Purnama,2021). Namun jika hal ini terus terjadi dapat menyebabkan remaja semakin tidak memperdulikan keadaan status gizinya dan menyebabkan status gizinya jauh dari ambang batas status gizi normal.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

Sebagian besar siswa/i memiliki status gizi kurang di SMPN 12 Kuala Lempuing Kota Bengkulu, Sebagian besar siswa/i memiliki pengetahuan kurang di SMPN 12 Kuala Lempuing Kota Bengkulu. Hampir dari seluruh siswa/i memiliki pola makan buruk di SMPN 12 Kuala Lempuing Kota Bengkulu. Sebagian besar siswa/i memiliki body image positif di SMPN 12 Kuala Lempuing Kota Bengkulu. Ada hubungan yang signifikan antara status gizi kurang dengan pengetahuan kurang di SMPN 12 Kuala Lempuing Kota Bengkulu. Ada hubungan yang signifikan antara status gizi kurang dengan pola makan buruk di SMPN 12 Kuala Lempuing Kota Bengkulu. Tidak ada hubungan yang signifikan antara status gizi kurang dengan body image positif di SMPN 12 Kuala Lempuing Kota Bengkulu.

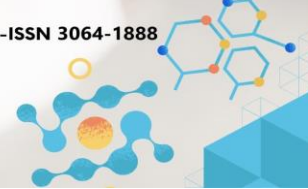
### Saran

Hasil penelitian di harapkan dapat bermanfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan mengenai faktor - faktor yang mempengaruhi status gizi pada anak remaja. Penelitian ini juga diharapkan dapat dijadikan sebagai acuan dan perbandingan bagi peneliti lain yang akan melakukan penelitian terkait Status gizi pada remaja.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, Dewi, A. P., Muharramah, A., & Pratiwi, A. R. (2022). Gambaran Status Gizi dan Asupan Gizi Remaja Santri Pondok Pesantren Shuffah Hizbullah dan Madrasah Al-Fatah Lampung.
- Afifah, C. A. N., Amalia Ruhana, S. P., Dini, C. Y., Gz, S., Pratama, S. A., & Gz, S. (2022). Buku Ajar Gizi Dalam Daur Kehidupan. Deepublish.
- Almatsier, S. 2019. Gizi Seimbang Dalam Daur Hidup. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Andayani, R. P., & Ausrianti, R. (2021). Faktor-Faktor yang berhubungan dengan status gizi pada remaja. *Jurnal Keperawatan*, 13(4), 1111-1118.
- Apriyani, L., Woro, M. L., Puspita sari, I., Bani Saleh, Sti., & Barat, J. (2021). Hubungan pola Makan Dengan Gastritis Pada Remaja Masa new Normal di SMA Negri 1 Muaragembong. In *Jurnal Keperawatan Merdeka (JKM)* (Vol. 1, Issue 1).
- Aprila, Armaniya Thasya, and Supriadi B. Supriadi B. "Hubungan Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Pada Remaja Di Smp Muhammadiyah 3 Samarinda." *Formosa Journal of Multidisciplinary Research* 2.8 (2023): 1389-1402.
- Aryu, C. (2020). Buku Epidemiologi Stunting.

- Aulia, Ninda Rizki. 2021. "Peran Pengetahuan Gizi Terhadap Asupan Energi, Status Gizi Dan Sikap Tentang Gizi Remaja." *Jurnal Ilmiah Gizi Dan Kesehatan (JIGK)* 2(02):31–35. doi: 10.46772/jigk.v2i02.454.
- Badan Pusat Statistik Indonesia. (2021). *Statistik indonesia 2021* (Vol. 01001). <https://www.bps.go.id/publication/2020/04/29/e9011b3155d45d70823c141f/statistik-indonesia-2020.html>
- Basuki, Jiwaning. 2019. "Hubungan Kebiasaan Sarapan Dan Aktivitas Fisik Dengan Kadar Hemoglobin Remaja Putri Di SMK Muhammadiyah 2 Karanganyar." Skripsi: Institut Teknologi Sains Dan Kesehatan Pku Muhammadiyah Surakarta 1–47.
- Bimantara, M. D., Merryana, A. Dewi R.S. (2019). Hubungan citra Tubuh Dengan Status Gizi Pada Siswi Di Sma Negeri 9 Surabaya. *Amerta Nutrition*. 3(2),85-88. Diakses dari : <https://doi.org/10.20473/amnt.v3i2.2019.85-88>
- Chandra, F., & Aisah, A. (2023). Hubungan Sosial Ekonomi Terhadap Status Gizi Remaja Putri di SMA Negeri 11 Kota Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 12(1), 188-193.
- Christian Rivera Medina, Mercedes Briones Urbano, Aixa de Jesús Espinosa, Ángel Toledo López. (2020). Eating Habits Associated with Nutrition-Related Knowledge among University Students Enrolled in Academic Programs Related to Nutrition and Culinary Arts in Puerto Rico Nutrients. 2020;12(5), 1408.
- Damayanti, A. E. (2020). Hubungan Citra Tubuh, Aktivitas Fisik, Dan Pengetahuan Gizi Seimbang Dengan Status Gizi Remaja Putri. In Skripsi. <http://repository.unair.ac.id/46573/>
- Damayanti, Aliefina Putri, Ratu Diah Koerniawati, and Mukhlidah Hanun Siregar. 2023. "Hubungan Body image Dan Asupan Dengan Status Gizi Siswa SMA Negeri 6 Pandeglang." *Jurnal Gizi Kerja Dan Produktivitas* 4(2):160–69. doi: 10.52742/jgkp.v4i2.20
- Dieny, F. F. (2020). Permasalahan gizi pada remaja putri. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan [Internet]. Kemkes.go.id. 2022 [di akses 2024 Mar 18]. Available from:[https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/1546/indeks-massa-tubuh-remaja](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1546/indeks-massa-tubuh-remaja)
- Direktorat Jenderal P2P, K. R. (2020). Gizi saat Remaja Tentukan Kualitas Keturunan. <https://p2ptm.kemkes.go.id/kegiatan-p2ptm/pusat/gizi-saat-remaja-tentukankualitas-keturunan>
- Eliza, E., Mardiana, M., Yuniyanto, A. E., & Sumarman, S. (2023). Local food-based cookies formulation high in essential amino acids for stunting toddlers. *Int. J. Chem. Biochem. Sci*, 24, 292-296.
- Esza, Afifah Dwita. 2020. "Gambaran Pola Konsumsi, Aktivitas Fisik, Dan Status Gizi Pada Remaja." Politeknik Kesehatan Kemenkes Padang, 37
- Fauziah, L. F., Maarif, M.Z., Pamungkas, F.G.. 2021. Hubungan Citra Tubuh dan Status Gizi Remaja Putri, *Jurnal Maternitas Aisyah (jaman aisyah)*, 2(1), 68–74.
- Fauziyah, A. N., Astuti, P., & Fathonah, S. (2022). Pengaruh antara pengetahuan dan sikap gizi siswa dengan pola konsumsi jajan siswa di SD Negeri 08 Brebes. *Food Science and Culinary Education Journal*, 11(1), 22-30.
- Food Frequency Questionnaires (FFQ) | INDDEx Project. (2019). Di akses March 26, 2024, from Tufts.edu website: <https://inddex.nutrition.tufts.edu/data4diets/data-source/food-frequency-questionnaires-ffq>
- Hasdianah. 2018. Gizi Pemantapan, Diet, Dan Obesitas. Yogyakarta : Nuha Medika
- Herawati Herni Dwi, Gamayanti Indria Laksmi , Tsani A Fahmy Arif , Gunawan I Made Alit. (2016). Perilaku Makan Berlebih Dan Hubungannya Dengan Kegemukan Pada Anak Prasekolah. *Jurnal Gizi Dan Dietetik Indonesia*.4(3),161-169.
- Ifdil, I., Denich, A. U., & Ilyas, A. (2024). Hubungan body image dengan kepercayaan diri remaja putri. *Jurnal kajian bimbingan dan konseling*, 2(3), 11.
- Indrasari, O. R., & Sutikno, E. (2020). Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Remaja Usia 16- 18 Tahun. *Jurnal Kesehatan Indonesia (The Indonesian Journal of Health)*, 10(3), 128–132.
- Ita, P. (2019). Hubungan Pola Asuh Ibu dengan Status Gizi di Desa Tuning Kecamatan Mepawah Hulu Kabupaten Landak Kalimantan
- Kawatu, Seri Murni. 2022. "Hubunga Pola Makan Dengan Status Gizi Pada Remaja Usia 13-15 Tahun Di Pesantren Al-Yusufiah Kecamatan Angkola Muaratais." Skripsi 1–74.
- Kartika, K.Y., IGN, K.N., & Sarah K. W. (2021). Hubungan Antara Body Image Dengan Pola Makan Remaja Putri Kelas XI Di SMK PGRI 4 Denpasar. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*. 5(20, 87-93). Diakses dari <http://dx.doi.org/10.37294/jrkn.v5i2.329>
- Kementerian Kesehatan RI. 2020. Rencana Aksi Kegiatan Direktorat Gizi Masyarakat Tahun 2020-2025. Jakarta: Direktorat Gizi Masyarakat, Direktorat Jenderak Kesehatan masyarakat Kemenkes RI.



- Kemendes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Kementerian Kesehatan RI, 53(9), 1689–1699.
- Kementerian Kesehatan RI. (2014). Peraturan menteri kesehatan republik indonesia nomor: 41 tahun 2014 tentang pedoman gizi seimbang.
- Khoerunisa, D., & Istianah, I. (2021). Hubungan Asupan Zat Gizi Makro dan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Pada Remaja. *Jurnal Pangan Kesehatan Dan Gizi*, 2(1)(November), 51–61.
- Kosnayani, Ai Sri, and Iseu Siti Aisyah. 2019. “Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Obesitas Remaja.” *Jurnal Siliwangi*2(2):2014–17.
- Kumala, A. M., Margawati, A., & Rahadiyanti, A. (2019). Hubungan antara durasi penggunaan alat elektronik (gadget), aktivitas fisik dan pola makan dengan status gizi pada remaja usia 13-15 tahun. *Journal of Nutrition College*, 8(2), 73-80.
- Lani, A. (2019). Hubungan Frekuensi Sarapan Dan Kebiasaan Jajan Dengan Status Gizi Universitas Muhammadiyah Semarang.
- Lathifah, Dina Nurul. 2022. “Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Remaja Di Smas It Raudhatul Jannah Kota Cilegon.” *Suparyanto Dan Rosad* (2015 5 (3): 248–53.
- Lembar Persetujuan Siswa/i (Informed Consent Form). (n.d.).Di akses 27 Maret 2024 <https://dinkes.sumutprov.go.id/unduh/downloadfile?id=1819>
- Lestari, P. (2020). Hubungan pengetahuan gizi, asupan makanan dengan status gizi siswi Mts Darul Ulum. *Sport and Nutrition Journal*, 2(2), 73-80.
- Marlina, Y., & Ernalina, Y. (2020). Hubungan Persepsi Body Image dengan Status Gizi Remaja Pada Siswa SMPN 8 di Pekanbaru. *Jurnal kesehatan komunitas (Journal of community health)*, 6(2), 183-187.
- Mawaddah, N., & Muniroh, L. (2019). Hubungan Body Image Dan Tingkat Kecukupan Zat Gizi Makro Dengan Status Gizi Pada Remaja Putri SMA Negeri 3 Suarabaya. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*.
- Mersi, Jurnal Keperawatan, Magda Siringo-Ringo, and Teresia Nosrat Tapoleuru. 2023. “Gambaran Pola Makan Remaja Dan Status Gizi Di SMA Swasta Katolik Budi Murni 2 Medan Tahun 2023.” *Jurnal Keperawatan Mersi* 12:73–80.
- Minkhatulmaula, Pibriyanti K, Fathimah. Faktor Risiko Kejadian Gizi Kurang pada Balita di Etnis Sunda. *Sport Nutr J.* 2020;2(2):41–8.
- Mufidah., Soeyono., 2021. Pola Makan, aktivitas Fisik, dan Durasi Tidur Terhadap Status Gizi Mahasiswa Program Studi Gizi UNESA. *Jurnal Gizi Universitas Negeri surabaya*, Vol 01,(01).
- Musyayyib, R., Hartono, R., & Pakhri, A. (2018). Pengetahuan dan Pola Makan dengan Status Gizi Remaja di Pondok Pesantren Nahdlatul Ulum Soreang Maros. *Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar*, 12(2), 29-38.
- Ningrum, N. M. C. N., Susanti, N. L. P. D., & Dewi, K. A. P. D. (2022). Hubungan Citra Tubuh Dengan Pola Makan Remaja Putri Di SMK Negeri 2 Sukawati. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, 6(2), 107-111.
- Nicolas, F. M. (2012). The impact of self-reported pubertal status and pubertal timing on disordered eating in Irish Adolescents. *Wiley Online Library*. Retrieved Februari 9, 2018, from <http://ncbi.nlm.nih.gov/>
- Notoadmojo, Soekidjo. 2018. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Nova, M., dan R. Yanti. 2018. Hubungan Asupan Zat gizi pada Siswa MTS AnNur Kota Padang. *Jurnal Kesehatan Perintis (Perintis's Health Journal)*, 5(2), 169–175. Doi : <https://doi.org/10.33653/jkp.v5i2.145>
- Nomate, E. S., L. M., Nur., & Toy, S. M. (2017). Hubungan teman sebaya, citra tubuh dan pola konsumsi dengan status gizi remaja putri. *Unnes Journal of Public Health*, 51-57.
- Nuzula, F., Oktaviana, M. N., & Yunita, R. D. Y. (2020). Pendidikan Kesehatan terhadap Kader tentang Intervensi Gizi Spesifik dalam Pencegahan Stunting. *The Indonesian Journal of Health Science*, 12(2), 209-215.
- Pitaloka Putri, Martha, Gelora Mangalik, and Dary. 2022. “Asupan Protein, Zat Besi Dan Status Gizi Pada Remaja Putri.” *Journal of Nutrition College* 11(1):6–17.
- Pramana, Lina Dwi Yoga. 2016. “Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan status gizi.” Skripsi 1–67.
- Par'i Holil M. (2017). *Penilaian Status Gizi : Dilengkapi Proses Asuhan Gizi Terstandar*. Jakarta : EGC.
- Putri, D. A. M., Safitri, D. E., & Maulida, N. R. (2022). Hubungan Asupan Gizi Makro, Frekuensi Olahraga, Durasi Menonton Televisi, Dan Durasi Tidur Dengan Status Gizi Remaja: The Relation of Macronutrient Intake, Exercise Frequency, Duration of Watching Television, and Sleep Duration With the Nutritional Status of Adolescents. *Jurnal Pangan Kesehatan dan Gizi Universitas Binawan*, 2(2), 24-36.

- Purnama NLA (2021) Body Image, Perilaku Makan Dan Status Gizi Remaja. *Jurnal Ilmiah Keperawatan* 7(2): 351–358. doi: 10.330233/jikep.v7i2.850.
- Rokhman, I. (2020). Pengaruh Pendidikan Ibu Dengan Status Gizi Siswa Di Smk Bina Sehat Nusantara Kabupaten Bone Tahun 2022. *Jurnal Suara Kesehatan*, 8(1), 65– 70. <https://doi.org/10.56836/journaliskb.v8i1.57>
- Rasmaniar, Yohanes Kristianto. 2023. "Kesehatan Dan Gizi Remaja." Buku, 92–96.
- Ratnawati, Vivi., & Diah, S. (2012). Percaya Diri, Body Image dan Kecenderungan Anorexia Nervosa Pada Remaja Putri. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 1(2),130-142. Diakses dari : <https://doi.org/10.30996/persona.v1i2.39>
- Reniasinta, R., Shabrina, S. Q., Solikhah, A. L., Nabila, S. P., Febriaina, A. P., Aprilia, S., ... & Novianti, U. (2022). Penilaian Status Gizi terhadap Lingkungan Kerja, Beban Kerja dan Psikologi Kerja Karyawan Bank. *Nutrizione: Nutrition Research And Development Journal*, 1(1), 39-46.
- Rahayu, T. B., & Fitriana, F. (2018). Hubungan Pola Makan Dengan Status Gizi Remaja Putri Di Sma Negeri 1 Bambanglipuro. *Jurnal Kesehatan Samodra Ilmu*, 10(2), 6-10.
- Retni, A, Mariza.2023."Keragaman Konsumsi Pangan Dan Status Gizi Remaja Putri Yang Tinggal Dikos-kosan." *Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Gizi* 1 (3):108-21.
- Retni, R., & Arfianti, M. Analisis factor resiko kejadian stunting pada balita di puskesmas teras terunjam kabupaten muko – muko. *Journal of Nursing and Public Health*, 12(1), 72-80.
- Ridha, M. (2021). Hubungan antara body image dengan penerimaan diri pada mahasiswa Aceh di Yogyakarta. *Jurnal empathy*, 1(1), 111-121.
- Rima Nurdzulqaidah. (2017). Hubungan Pengetahuan Gizi Seimbang dengan Perilaku Gizi Seimbang Mahasiswa Tingkat 4 Angkatan 2013 Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung. Universitas Islam Bandung.
- Widnatusifah, E. (2020). Gambaran Asupan Zat Gizi Dan Status Gizi Remaja Di Pengungsian Petobo Kota Palu Sulawesi Tengah (Doctoral dissertation, Universitas Hasanuddin).
- Zerlina, Miranda. 2023. "Hubungan Kesadaran Dan Pengetahuan Gizi Serta Kesadaran Kesehatan Terhadap Status Gizi Siswa/ Di Sma Negeri 4 Jakarta," 50–52. <Http://Repository.Usahid.Ac.Id/Id/Eprint/2306>.