

HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI, PERSEPSI CITRA TUBUH DAN GANGGUAN MAKAN DENGAN STATUS GIZI REMAJA PUTRI SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN DI KABUPATEN GRESIK

The Association of Nutritional Knowledge, Body Image Perception and Disorders Eating with the Nutritional Status of Adolescent Women High School Vocational in Gresik District

¹Khoirum Ma'sunnah, ²Heri Purnama Pribadi, ¹Dian Agnesia

¹Program Studi Gizi, Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik

²Program Studi Fisioterapi, Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik

ABSTRACT

Adolescents are a group that is vulnerable to health problems and nutrition, especially in adolescent girls. This study aims to identify and analyze the relationship between nutritional knowledge, perception of body image and disorders eating with nutritional status of adolescent girls in vocational high schools in Gresik Regency. This research is an Analytical Observational study with a Cluster Random design Sampling with respondents as many as 87 respondents who were selected by purposive sampling. Data analysis using Chi-Square test and spearman test. The results shows that most of the respondents have good nutritional status (82.2%), there are (65.6%) respondents have sufficient knowledge of nutrition, there are (40.2%) respondents feel dissatisfied with their body image, there are (41.4%) respondents at risk of having eating disorders and eating disorders most of the respondents experienced a severe energy deficit with an average energy of 776 kcal. Test statistics between nutritional knowledge and nutritional status ($p= 0.000$), body image and nutritional status ($p= 0.129$) and eating disorders with nutritional status ($p = 0.465$). The conclusion, there is a relationship knowledge of nutrition with nutritional status of adolescent girls and there is no relationship body image, eating disorders with nutritional status of adolescent girls in Gresik Regency.

Keywords: *body, disorders, knowledge, status*

ABSTRAK

Remaja merupakan kelompok yang rentan mengalami masalah kesehatan dan gizi terutama pada remaja putri. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan menganalisis hubungan pengetahuan gizi, persepsi citra tubuh dan gangguan makan dengan status gizi remaja putri sekolah menengah kejuruan di Kabupaten Gresik. Penelitian ini merupakan penelitian *Observasional Analitik* dengan desain *Cluster Random Sampling* dengan subjek sebanyak 87 subjek yang dipilih secara *puroposive sampling*. Analisis data menggunakan uji *Chi-Square* dan uji *spearman*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar subjek memiliki status gizi baik (82,2%), terdapat (65,6%) subjek memiliki pengetahuan gizi yang cukup, terdapat (40,2%) subjek merasa tidak puas dengan citra tubuhnya, terdapat (41,4%) subjek beresiko mengalami gangguan makan dan sebagian besar subjek mengalami defisit berat energi dengan rata-rata energi 776 kkal. Uji statistik antara pengetahuan gizi dengan status gizi ($p = 0,000$), citra tubuh dengan status gizi ($p = 0,129$) dan gangguan makan dengan status gizi ($p = 0,465$). Kesimpulannya terdapat hubungan pengetahuan gizi dengan status gizi remaja putri dan tidak terdapat hubungan citra tubuh, gangguan makan dengan status gizi remaja putri di Kabupaten Gresik.

Kata kunci: *tubuh, gangguan, pengetahuan, status*

PENDAHULUAN

Pada masa remaja terjadi banyak perubahan yang dapat berlangsung cepat seperti pertumbuhan fisik, kognitif, dan psikososial atau tingkah laku. Masa remaja merupakan periode puncak pertumbuhan dimana puncak pertumbuhan dapat mempengaruhi perubahan pada komposisi tubuh, kenaikan berat badan, masa tulang, dan aktifitas fisik, sehingga berpengaruh pada kebutuhan gizi remaja akhir (Murbawani, 2014). Remaja sering menentukan sendiri makanan yang dikonsumsi. Penentuan makanan yang dikonsumsi remaja merupakan bentuk perubahan dari berbagai faktor yang meliputi kebiasaan makan keluarga, teman sebaya, pengaruh iklan atau media dan ketersediaan makanan (Andriani dan Wirjatmadi, 2012). Remaja memerlukan asupan zat gizi yang cukup untuk memenuhi kebutuhan pertumbuhan dan perkembangan, kebutuhan zat gizi yang tidak terpenuhi dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan fisik sehingga berpengaruh pada status gizi remaja (Ali dan Asrori, 2011).

Penilaian status gizi remaja menurut Kementerian Kesehatan (2020) didasarkan pada indeks IMT/U dengan empat kategori yaitu gizi kurang, gizi baik, gizi lebih dan obesitas. Berdasarkan Hasil Pemantauan Status Gizi (PSG) di Jawa Timur (2018) pada remaja putri sebanyak 9,4% memiliki status gizi kurang, 8,4% memiliki status gizi gemuk, dan 22,3% memiliki status gizi sangat gemuk (obesitas), sedangkan yang memiliki status gizi kurus sebesar 5,5% dan yang memiliki status gizi gemuk dan obesitas berdasarkan IMT/U di Kabupaten Gresik sebesar 18,7%.

Timbulnya permasalahan gizi pada remaja putri dapat disebabkan adanya diet yang ketat, yang menyebabkan remaja kurang mendapat makanan dengan gizi seimbang dan bergizi dan adanya kebiasaan makan yang buruk (Permeasih, 2013). Selain itu, hal lain yang dapat mempengaruhi status gizi remaja putri yaitu faktor keturunan, gaya hidup (*life style*),

pengetahuan dan faktor lingkungan. Kemudian, kebiasaan makan dan gaya hidup seperti citra tubuh (*body image*) dan aktivitas fisik dapat mempengaruhi jumlah asupan makanan dan zat gizi (Bani, 2010). Menurut Grogan (2008) Persepsi citra tubuh merupakan konsep tubuh seseorang yang meliputi persepsi, pikiran, dan perasaan. Persepsi citra tubuh termasuk tentang kepuasan berat badan, kepuasan penampilan, kepuasan tubuh, evaluasi penampilan, orientasi penampilan dan perhatian tubuh, adanya gangguan terhadap persepsi citra tubuh dapat menyebabkan seseorang mengalami permasalahan gizi. Hal ini disebabkan adanya pola makan yang dilakukan untuk menjaga bentuk tubuh yang sesuai dengan persepsi citra tubuh yang sesuai dengan keinginannya.

Tekanan untuk menjadi lebih kurus dalam pikiran remaja menyebabkan adanya ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh (*body dissatisfaction*) yang mempengaruhi tingkat kepercayaan diri seseorang. Dampak negatif yang ditimbulkan adalah meningkatnya kasus gangguan makan (*eating disorders*) seperti pengendalian makan (*dietary restraint*), *binge-eating*, dan efek negatif lainnya (Stice.E, 2002). Menurut *the National Institute of Mental Health, Eating disorders* (EDs) atau gangguan makan dapat berpengaruh dalam perilaku makan, seperti pengurangan makan yang ekstrim atau mengkonsumsi makanan yang berlebihan, serta adanya perasaan tertekan dan berfikir berlebihan tentang bentuk tubuh dan berat badannya. Gangguan terus menerus terhadap perilaku makan atau perilaku lainnya yaitu untuk mengendalikan berat badan dapat mempengaruhi kesehatan fisik dan fungsi psikososial seseorang (Grosvenor, 2010). Di Indonesia masih sangat kurang data penelitian mengenai gangguan makan sehingga prevalensi insiden gangguan makan di Indonesia masih belum diketahui secara pasti, hal tersebut menyebabkan pentingnya dilakukan penelitian mengenai gangguan makan yang ada di Indonesia (Dwintasari, 2018). Berdasarkan hasil

penelitian yang dilakukan Ismayanti (2019) menyimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan ($p=0,000$) antara persepsi tubuh, gangguan makan, pengetahuan gizi dan asupan makanan dengan status gizi. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Rohana (2016) menunjukkan bahwa terdapat hubungan bermakna ($p=0,04$) antara citra tubuh dengan gangguan makan. Citra tubuh yang positif dapat mencegah terjadinya gangguan makan pada remaja putri.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, peneliti ingin meneliti mengenai bagaimana hubungan pengetahuan gizi, persepsi citra tubuh dan gangguan makan dengan status gizi remaja putri sekolah menengah kejuruan di Kabupaten Gresik, dengan tujuan penelitian yaitu untuk mengidentifikasi dan menganalisis hubungan pengetahuan gizi, persepsi citra tubuh dan gangguan makan dengan status gizi remaja putri sekolah menengah kejuruan di Kabupaten Gresik.

METODE

Desain, tempat dan waktu

Jenis penelitian ini adalah observasional analitik dengan menggunakan rancangan penelitian kuantitatif dengan desain *cluster random sampling*. Penelitian ini dilaksanakan di lima sekolah menengah kejuruan di Kabupaten Gresik yang dilaksanakan pada bulan Maret sampai Juni 2021.

Jumlah dan cara pengambilan subjek

Subjek dalam penelitian ini adalah remaja putri yang terdapat di lima sekolah menengah kejuruan di Kabupaten Gresik dengan usia 15-20 tahun yang sesuai dengan kriteria inklusi. Sampel dalam penelitian ini dipilih secara *purposive sampling* melalui teknik pengambilan sampel secara *simple random sampling*. Sampel yang didapatkan yaitu sebanyak 87 subjek dengan menggunakan perhitungan rumus Slovin.

Jenis dan cara pengumpulan data

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan data primer yang diperoleh dari hasil pengisian kuesioner dengan beberapa variabel seperti pengetahuan gizi untuk mengetahui tingkat pengetahuan gizi, citra tubuh menggunakan kuesioner *body shape questionnaire* (BSQ-34) yang digunakan untuk mengukur persepsi bentuk tubuh (Cooper *et al.*, 1987), gangguan makan menggunakan kuesioner *Eating Attitude Test-26* (EAT-26) yang digunakan untuk mengukur skor resiko gangguan makan pada subjek (Garner dan Garnfikel, 1982) dan data tambahan berupa *Food Recall* 1 x 24 jam untuk mengetahui tingkat asupan energi pada subjek. Peneliti juga melakukan pengumpulan data dengan melakukan pengukuran antropometri terkait variabel status gizi yaitu penimbangan berat badan dan pengukuran tinggi badan untuk mendapatkan data status gizi subjek.

Pengolahan dan analisis data

Teknik pengolahan data dalam penelitian ini melalui beberapa tahap yaitu *editing, coding, entry data, cleaning, scoring* yang bertujuan untuk mengubah data menjadi sebuah informasi. Sedangkan teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu analisis data univariat dan bivariat. Analisis bivariat ini menggunakan uji *chi-square* untuk menguji variabel pengetahuan gizi, gangguan makan dan status gizi, sedangkan untuk sebaran data yang tidak normal seperti variabel citra tubuh menggunakan uji *spearman*. Melalui uji statistik akan diperoleh tingkat kemaknaan sebesar 0,05, dengan demikian jika nilai $P \leq 0,05$ artinya terdapat hubungan yang bermakna antara variabel dependen dan variabel independen. Namun sebaliknya, bila nilai $P > 0,05$ artinya tidak terdapat hubungan yang bermakna antara variabel dependen dan variabel independen (Notoatmodjo, 2010).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Subjek

Karakteristik subjek dalam penelitian ini meliputi usia dan uang saku. Hasil penelitian data karakteristik subjek disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1 Data karakteristik subjek

Karakteristik Subjek	N	%
Usia (Tahun)		
15	10	11,5
16	39	44,8
17	26	29,9
18	12	13,8
Uang Saku (Rp/Bulan)		
Rendah (\leq Rp. 500.000)	77	11,5
Sedang (Rp. 500.000 – 1.000.000)	10	88,5
Tinggi (\geq Rp. 1.000.000)	0	0

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa kelompok usia dengan frekuensi terbesar adalah usia 16 tahun dengan rata-rata uang saku per bulan dalam kategori sedang yaitu Rp. 500.000 – 1.000.000 sebesar 88,5% subjek.

Distribusi Pengetahuan Gizi

Pengetahuan gizi diukur dengan menilai jawaban subjek pada kuesioner yang berisi pertanyaan tentang pengetahuan gizi. Hasil pengukuran pengetahuan gizi disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2 Data pengetahuan gizi subjek

Pengetahuan Gizi	N	%	$\bar{X} \pm Sd$
Baik	16	18,4	
Cukup	57	65,6	66,12
Kurang	14	16	$\pm 13,34$
Jumlah	87	100,0	

Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan sebanyak 57 subjek (65,6%) memiliki pengetahuan gizi cukup dan sebanyak 14 subjek (16%) memiliki pengetahuan gizi kurang. Rata-rata skor pengetahuan gizi subjek yaitu 66 yang masuk dalam kategori cukup.

Distribusi Citra Tubuh

Citra tubuh diukur dengan kuesioner *body shape questionnaire* (BSQ-34) dengan skala pengukuran tentang persepsi diri sendiri terhadap bentuk tubuh, membandingkan persepsi citra tubuh dengan orang lain, sikap yang fokus terdapat citra tubuh dan perubahan drastis terhadap persepsi bentuk tubuh. Hasil pengukuran citra tubuh disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3 Data citra tubuh subjek

Citra Tubuh	N	%	$\bar{X} \pm Sd$
Positif	52	59,8	96,64
Negatif	35	40,2	$\pm 29,75$
Jumlah	87	100,0	

Berdasarkan Tabel 3 menunjukkan sebanyak 52 subjek (59,8%) memiliki persepsi citra tubuh yang positif terhadap tubuhnya dan memiliki rasa percaya diri yang tinggi terhadap citra tubuhnya, sedangkan sebanyak 35 subjek (40,2%) memiliki persepsi yang negatif terhadap tubuhnya dan merasa tidak puas dengan citra tubuh yang dimiliki. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar subjek memiliki citra tubuh yang positif dengan mean skor penilaian 96,64 atau ≤ 110 yang dikategorikan sebagai citra tubuh positif.

Distribusi Gangguan Makan

Gangguan makan diukur dengan kuesioner *Eating Attitude Test-26* (EAT-26) dengan skala pengukuran meliputi diet, bulimia, preokupasi terhadap makanan dan kontrol terhadap makanan (*oral control*). Hasil pengukuran gangguan makan disajikan pada Tabel 4.

Tabel 4 Data gangguan makan subjek

Gangguan Makan	N	%	$\bar{X} \pm Sd$
Beresiko	36	41,4	19,45
Tidak Beresiko	51	58,6	$\pm 10,41$
Jumlah	87	100,0	

Berdasarkan Tabel 4 menunjukkan sebanyak 51 subjek (58,6%) tidak beresiko mengalami gangguan makan, sedangkan

sebanyak 36 subjek (41,4%) beresiko mengalami gangguan makan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar subjek tidak beresiko mengalami gangguan makan dengan mean skor jawaban 19,45 atau ≤ 20 yang dikategorikan sebagai tidak beresiko mengalami gangguan makan.

Distribusi Status Gizi

Status gizi diukur dengan melakukan pengukuran tinggi badan dan berat badan terhadap subjek dan diperoleh nilai IMT (indeks massa tubuh) yang kemudian dibandingkan dengan usia subjek menggunakan tabel *z-score*. Hasil pengukuran status gizi disajikan pada Tabel 5.

Tabel 5. Data status gizi subjek

Status Gizi	N	%	$\bar{X} \pm Sd$
Gizi Kurang	2	2,3	
Gizi Baik	72	82,8	
Gizi Lebih	12	13,8	-0,34 ±
Obesitas	1	1,1	1,30
Jumlah	87	100,0	

Berdasarkan Tabel 5 menunjukkan sebanyak 72 subjek (82,8%) memiliki status gizi baik, sebanyak 12 subjek (13,8%) memiliki status gizi lebih, sedangkan sebanyak 2 subjek (2,3%) memiliki status gizi kurang dan sisanya sebanyak 1 subjek (1,1%) memiliki status gizi obesitas. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar subjek memiliki status gizi baik dengan mean yang -0,34 yang dikategorikan sebagai gizi baik dengan nilai *z-score* (-2 SD sd +1 SD).

Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Status Gizi

Pengetahuan tentang gizi dapat memberikan bekal pada remaja bagaimana memilih makanan yang sehat dan mengerti bahwa makanan berhubungan erat dengan gizi dan kesehatan yang dapat berpengaruh terhadap status gizi. Hasil analisis yang telah dilakukan menggunakan uji *chi-square* pada hubungan pengetahuan gizi dengan status gizi didapatkan nilai *p-value* 0,000 ($p < 0,05$) sehingga dapat diartikan bahwa terdapat hubungan pengetahuan gizi dengan status gizi. Hasil analisis korelatif disajikan pada Tabel 6.

Tabel 6 Hubungan pengetahuan gizi dengan status gizi

Pengetahuan Gizi	Status Gizi								Total	<i>P Value</i>	
	Gizi Kurang		Gizi Baik		Gizi Lebih		Obesitas				
	N	%	N	%	N	%	N	%			
Baik	0	0	13	14,9	3	3,4	0	0	16	18,4	0,000
Cukup	0	0	50	57,5	7	8,04	0	0	57	65,5	
Kurang	2	2,3	9	10,34	2	2,3	1	1,1	14	16,1	
Total	2	2,3	72	82,74	12	13,8	1	1,1	87	100	

Hasil analisis korelatif ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Sari, *et al* (2018) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan gizi dengan status gizi yang dapat diartikan bahwa semakin baik pengetahuan gizi seseorang maka semakin baik juga status gizinya.

Tingkat pengetahuan gizi yang baik dapat mengubah persepsi negatif remaja terhadap bentuk tubuhnya, dimana remaja akan lebih memperhatikan asupan makan yang bergizi seimbang untuk tubuhnya dan

berpikir ulang apabila melakukan diet ketat, sehingga persepsi negatif tentang citra tubuhnya tidak akan menjadi penghalang bagi mereka untuk tetap mendapatkan asupan gizi yang baik dan cukup sehingga berdampak pada status gizi yang normal (Bani, 2010).

Hubungan Citra Tubuh dengan Status Gizi

Citra tubuh merupakan persepsi individu terhadap bentuk tubuhnya yang meliputi citra tubuh positif dan negatif.

Adanya persepsi negatif terhadap citra tubuh dapat mempengaruhi pola makan sehingga dapat berpengaruh pada status gizi remaja. Hasil analisis yang telah dilakukan menggunakan uji *spearman* pada hubungan

citra tubuh dengan status gizi didapatkan nilai p -value 0,129 ($p > 0,05$) sehingga dapat diartikan bahwa tidak terdapat hubungan citra tubuh dengan status gizi. Hasil analisis korelatif disajikan pada Tabel 7.

Tabel 7 Hubungan citra tubuh dengan status gizi

Citra Tubuh	Status Gizi								Total	P Value	
	Gizi Kurang		Gizi Baik		Gizi Lebih		Obesitas				
	N	%	N	%	N	%	N	%			
Positif	0	0	49	56,3	3	3,4	0	0	52	59,7	0,129
Negatif	2	2,3	23	26,5	9	10,3	1	1,1	35	40,2	
Total	2	2,3	72	82,8	12	13,7	1	1,1	87	100	

Hasil analisis korelatif ini menunjukkan bahwa citra tubuh merupakan faktor penyebab tidak langsung yang mempengaruhi status gizi, sehingga meskipun memiliki citra tubuh negatif dan asupan zat gizi makro yang mengalami defisit berat tetapi sebagian besar subjek memiliki status gizi baik. Hal ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan Widiyanti (2012) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara citra tubuh dengan status gizi remaja putri SMA Theresiana Semarang, dimana semakin tinggi ketidakpuasan terhadap citra tubuh maka, status gizi semakin tidak normal.

Citra tubuh positif mendorong seseorang untuk berperilaku sehat dengan konsumsi makan dengan gizi seimbang dan citra tubuh negatif akan mendorong seseorang untuk melakukan pembatasan asupan makan. Hal ini dapat mempengaruhi seseorang untuk dapat memperhatikan serta

merubah status gizi yang dimiliki (Grogan, 2008).

Hubungan Gangguan Makan dengan Status Gizi

Gangguan makan merupakan suatu sindrom terkait dengan perilaku makan yang menyimpang dengan karakteristik psikologi yang berhubungan dengan makan, bentuk tubuh dan berat badan. Gangguan makan terjadi apabila seseorang mengurangi asupan makanan dengan ekstrem, hal ini dapat berpengaruh terhadap status gizi seseorang (*American Psychiatric Association*, 2000). Hasil analisis yang telah dilakukan menggunakan uji *chi-square* pada hubungan gangguan makan dengan status gizi didapatkan nilai p -value 0,465 ($p > 0,05$) sehingga dapat bahwa tidak terdapat hubungan antara gangguan makan dengan status gizi. Hasil analisis korelatif disajikan pada Tabel 8.

Tabel 8 Hubungan gangguan makan dengan status gizi

Gangguan Makan	Status Gizi								Total	P Value	
	Gizi Kurang		Gizi Baik		Gizi Lebih		Obesitas				
	N	%	N	%	N	%	N	%			
Beresiko	2	2,3	29	33,4	5	5,7	0	0	36	41,4	0,465
Tidak Beresiko	0	0	43	49,4	7	8,1	1	1,1	51	58,6	
Total	2	2,3	72	82,8	12	13,8	1	1,1	87	100	

Hasil analisis korelatif ini menunjukkan adanya faktor penyebab lain yang mempengaruhi gangguan makan yaitu persepsi citra tubuh dimana adanya persepsi

citra tubuh negatif menjadi salah satu tanda bahwa seseorang mengalami gangguan makan. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan Sada

dan Hadju (2012) menggunakan uji *regresi logistic* yang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan signifikan antara gangguan makan dengan status gizi ($p=0,068$). Namun, hasil penelitian ini bertolak belakang dengan penelitian yang dilakukan Aqmariya Syarafina (2014) bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara gangguan makan dengan status gizi.

Menurut *the National Institute of Mental Health, Eating disorders* (EDs) atau gangguan makan dapat berpengaruh dalam perilaku makan, seperti pengurangan makan yang ekstrim atau mengkonsumsi makanan yang berlebihan, serta adanya perasaan tertekan dan berfikir berlebihan tentang bentuk tubuh dan berat badannya. Adanya gangguan terus menerus terhadap perilaku makan atau perilaku lainnya yaitu untuk mengendalikan berat badan dan adanya perilaku ini dapat mempengaruhi kesehatan fisik dan fungsi psikososial (Grosvenor, 2010).

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar subjek memiliki status gizi baik (82,2%), terdapat (65,6%) subjek memiliki pengetahuan gizi yang cukup, terdapat (40,2%) subjek merasa tidak puas dengan citra tubuhnya, terdapat (41,4%) subjek beresiko mengalami gangguan makan dan sebagian besar subjek mengalami defisit berat energi dengan rata-rata energi 776 kkal.

Terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan status gizi ($p = 0,000$), tidak terdapat hubungan yang signifikan antara citra tubuh dengan status gizi ($p = 0,129$) dan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara gangguan makan dengan status gizi ($p = 0,465$).

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih terutama ditujukan kepada Kepala Sekolah dan Guru SMK di Kabupaten Gresik yang telah banyak membantu dalam pelaksanaan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani M., & Wirjatmadi B. 2012. *Pengantar Gizi Masyarakat*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Ali M. dan Asrori. 2011. *Psikologi Remaja - Perkembangan Peserta Didik*. Cetakan ketujuh. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- American Psychiatric Association. 2000. *Diagnostic and statistical manual of mental disorder* (4th ed.), Text Revision: DSM-IV-TR. Washington, DC.
- Bani Ahmad. 2010. *Studi tentang persepsi mahasiswa tentang tubuh ideal dan hubungannya dengan upaya pencapaiannya*. Skripsi. Intitut Pertanian Bogor. [Online] Available at <http://ipb.go.id/admin/41056387.pdf>
- Cooper PJ. dan Taylor MJ. 1988. Body image disturbance in bulimia nervosa. *British Journal of Psychiatry*, Vol.153 (2), 32-36.
- Dwintasari AM. 2018. *Hubungan persepsi tubuh (body image) dengan gangguan makan (eating disorder) pada mahasiswi fakultas ilmu kesehatan universitas muhammadiyah Surakarta*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Garner DM., Olmsted MP., Bohr Y., and Garfinkel PE. 1982. The Eating Attitudes Test: Psychometric Features and Clinical Correlates. *Psychological Medicine*, 12, 871-878.
- Grogan Sarah. 2008. *Body Image: Understanding Body Dissatisfaction in Men Women, and Children*. 5th Edition. London: Psychology Press. [Online]. Available at <https://books.google.co.id/books?id=GT56Gk>.
- Hatami M., dkk. 2015. Relationship between body image, body dissatisfaction and weight status in Iranian adolescents. *Archives of obesity*. Vol. 1 (1):1-7.

- Ismayanti D. 2019. Hubungan Persepsi Bentuk Tubuh, Gangguan Makan, Pengetahuan Gizi dan Asupan Makan dengan Status Gizi pada Remaja Putri di Sanggar Ayodya Pala. *Argipa*. Vol 4, No 2: 74- 84.
- Kementerian Kesehatan RI. 2020. *Standart Antropometri Anak*. PMK: Jakarta.
- Kementerian Kesehatan RI. 2018. *Hasil Utama Riskesdas 2018 Provinsi Jawa Timur*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Puslitbang Humaniora dan Manajemen Kesehatan.
- Murbawani EA dan Ana Betal Haq. 2014. Status Gizi, Asupan Makan Remaja Akhir yang Berprofesi sebagai Model. *Journal of Nutrition College*, Volume 3, Nomor 4.
- Neumark-Strainer, Dianne dan Moe. 2000. *Weight Related Concern and Disorder Among Adolescents. Nutrition Throughout The Life Cycle*. Singapore.
- Notoatmodjo S. 2010. *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Permeasih. 2013. Faktor Resiko yang Mempengaruhi Kejadian Stress pada Remaja. *The Indonesia Journal Of Public Health*, Volume 2.
- Rohana Uly. 2017. Hubungan Citra Tubuh dengan Gangguan Makan pada Remaja Putri Masa Pubertas. *Sientific Journal Of Nursing*.
- Sada M, Hadju V, Dachlan DM. 2012. Hubungan body image, pengetahuan gizi seimbang dan aktifitas fisik terhadap status gizi mahasiswa politeknik kesehatan Jayapura. *Media Gizi Masyarakat Indonesia*, 2(1): 44-48.
- Sari AA., et al. 2018. *Hubungan Asupan Protein dan Zat Besi dengan Kadar Hemoglobin Remaja putri di SMA Negeri 1 Weru Sukoharjo*. Skripsi. Fakultas Ilmu Kesehatan. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Simolin LA and Grosvenor M. 2010. *Healthy Eating. A Guide to Nutrition*. Second Edition. New York: Chelsea House Publishers.
- Stice E. 2002. Risk and Maintenance Factors for Eat-Ing Pathology: A Meta-Analytic Review. *Psy-chol Bulletin*, 128(8), 25-48.
- Syarafina A. dan Probosari E. 2014. Hubungan *Eating Disorders* dengan Status Gizi pada Remaja Putri di Modeling Agency Semarang. *Journal Of Nutrition College*, 3(2): 48-53.
- Widianti dan Candra K. 2012. *Hubungan antara Body Image dan Peilaku Makan dengan Status Gizi Remaja Putri di SMA Theresiana Semarang*.