

## PENGARUH TEMAN SEBAYA, CITRA TUBUH, DAN RISIKO GANGGUAN MAKAN DENGAN STATUS GIZI PELAJAR PUTRI DI KECAMATAN SUSUT, BANGLI

Ni Kadek Aprilia Putri Iswari, Kadek Tresna Adhi\*

Program Studi Sarjana Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana,

Jalan P.B Sudirman, Kec. Denpasar Barat, Kota Denpasar, Bali 80234

### ABSTRAK

Pengaruh teman sebaya remaja lebih besar dibandingkan keluarga, termasuk pembentukan citra tubuh negatif yang mendorong gangguan makan pada remaja. Gangguan makan ini berdampak pada kualitas asupan zat gizi dilihat dari keragaman pangan yang mana dapat memengaruhi status gizi remaja putri. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh teman sebaya, citra tubuh, dan risiko gangguan makan, dengan status gizi pelajar putri. Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan rancangan *cross sectional*. Sampel penelitian ini adalah pelajar putri di SMA dan SMK se-Kecamatan Susut, Bangli yang berjumlah 127 orang. Analisis data dilakukan secara univariabel dengan analisis deskriptif dan bivariabel dengan uji *chi square*. Ditemukan hubungan pengaruh teman sebaya ( $p=0,039$ ), karakteristik keluarga meliputi pekerjaan ibu ( $p=0,007$ ), citra tubuh ( $p=0,015$ ), risiko gangguan makan ( $p=0,004$ ) dengan status gizi pelajar putri. Tidak ada hubungan antara karakteristik keluarga meliputi pendidikan ayah ( $p= 0,675$ ), pendidikan ibu ( $p= 0,698$ ), pendapatan keluarga ( $p=0,909$ ), keragaman pangan ( $p=1,000$ ) dengan status gizi pelajar putri. Terdapat hubungan antara pengaruh teman sebaya, pekerjaan ibu, citra tubuh, dan risiko gangguan makan dengan status gizi pelajar putri di Kecamatan Susut, Bangli. Diperlukan kebijakan intervensi gizi pada pelajar putri yang lebih melibatkan peran aktif teman sebaya dan remaja diharapkan menciptakan lingkungan yang sehat bagi teman sebayanya dalam upaya peningkatan status gizi pada remaja.

**Keywords:** Teman Sebaya, Citra Tubuh, Gangguan Makan, Remaja

### ABSTRACT

Peer influence to adolescents is greater than family, including the formation of a negative body image that encourages eating disorders in adolescents. These eating disorders have an impact on the quality of nutrient intake seen from food diversity which can affect the nutritional status of adolescent girls. The purpose of this study was to determine the relationship between peer influence, family characteristics, body image, risk of eating disorders, and food diversity with the nutritional status of female students. This study is an analytic observational study with a cross sectional design. The sample of this study were female students in SMA and SMK in Susut Sub-District, Bangli Regency, totaling 127 people. Data analysis was done univariable with descriptive analysis and bivariable with chi square test. There was an association between peer influence ( $p=0.039$ ), family characteristics including mother's occupation ( $p=0.007$ ), body image ( $p=0.015$ ), risk of eating disorders ( $p=0.004$ ) with the nutritional status of female students. There is no relationship between family characteristics including father's education ( $p=0.675$ ), mother's education ( $p=0.698$ ), family income ( $p=0.909$ ), food diversity ( $p=1.000$ ) with BMI/U of female students. There is a relationship between peer influence, mother's occupation, body image, and risk of eating disorders with nutritional status of female students in Susut District, Bangli. Nutrition intervention policies for female students need to involve the active role of peers and it is hoped that adolescents can create a healthy environment for their peers in an effort to improve nutritional status and prevent nutritional problems in adolescents.

**Keywords:** Peers, Body Image, Eating Disorders, Adolescents

### PENDAHULUAN

Masa remaja adalah masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa. Fase peralihan ini membuat remaja dihadapkan dengan berbagai perubahan baik perubahan fisik, hormonal, psikologis, emosi dan sosial (World Health

Organization, 2005). Saat usia remaja, teman sebaya memberikan pengaruh yang lebih besar berkaitan dengan sudut pandang, kecenderungan, perilaku dan penampilannya dibandingkan keluarga karena remaja cenderung menghabiskan waktunya lebih banyak dengan teman

\*e-mail korespondensi : ktresnaadhi@unud.ac.id

sebayu (Nomate et al., 2017). Menurut penelitian yang dilaporkan oleh Nomate et al. (2017), mayoritas remaja putri sering di kritik karena dianggap kelebihan berat badan dan didorong untuk menurunkan berat badan, padahal hasil pengukuran status gizi menunjukkan nyaris seluruh siswa berstatus gizi normal. Hal ini menunjukkan bagaimana pengaruh tekanan teman sebaya dapat menyebabkan remaja putri memiliki pandangan yang keliru tentang tubuhnya atau citra tubuh negatif yang kemudian berujung pada penyimpangan perilaku makan yang akhirnya dapat berkembang menjadi gangguan makan (Syifa & Pusparini, 2018).

Citra tubuh negatif merupakan persepsi yang keliru mengenai tubuh yang dimiliki, merasa malu, cemas, tidak nyaman dengan bentuk tubuhnya (Nomate et al., 2017). Ketidakpuasan ini dapat mendorong remaja untuk melakukan upaya untuk mendapatkan bentuk tubuh yang dianggap ideal seperti membatasi asupan makan secara ekstrim, melakukan aktivitas fisik berlebihan, konsumsi suplemen penurunan atau penaik berat badan (Nomate et al., 2017). Upaya tersebut dapat mengarahkan remaja pada masalah kesehatan seperti gangguan makan.

Remaja dengan gangguan makan akan merasa khawatir dengan berat badan dan penampilan, dan sebagian akan terpaksa untuk menurunkan berat badan, terobsesi dengan berat badannya dan bentuk tubuh, serta pembatasan asupan makanan (National Institute of Mental Health, 2021; WHO, 2005) Remaja yang mengalami gangguan makan cenderung akan membatasi asupan makan,

mengonsumsi jumlah kalori yang lebih rendah terutama yang berasal dari lemak dan sumber asupan hewani, dan kompensasi memuntahkan makanan (Bintang et al., 2019; Nurjannah & Muniroh, 2019). Selain itu, keinginan remaja untuk kurus membuat remaja menerapkan perilaku makan yang buruk salah satunya melakukan diet ketat seperti *fads diet* untuk mengurangi asupan zat gizi tertentu dapat berdampak pada kualitas asupan gizi remaja dalam hal ini keragaman pangan sehingga tidak dapat memenuhi keragaman zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh (Purba et al., 2019).

Status gizi adalah suatu keadaan yang muncul akibat keseimbangan antara asupan zat gizi dengan kebutuhan zat gizi yang diperlukan untuk proses metabolisme dalam tubuh (Harjatmo et al., 2017). Keseimbangan tersebut sangat penting untuk mencapai status gizi yang optimal. Jika terjadi ketidakseimbangan antara kebutuhan zat gizi dengan asupan gizi maka dapat menyebabkan terjadinya masalah gizi baik itu gizi kurang ataupun gizi lebih (Agustini et al., 2021; Andina Rachmayani et al., 2018).

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, sebanyak 25,7% remaja berumur 13-15 tahun dan 26 % remaja berumur 16-18 tahun dengan status gizi pendek dan sangat pendek. Sebanyak 8,7 % remaja dengan umur 13-15 tahun dan 8,1 % remaja dengan umur 16-18 tahun dengan kondisi kurus dan sangat kurus. Sementara itu, untuk *overweight* dan obesitas sebanyak 16,0% pada remaja umur 13-15 tahun dan 13,5% pada remaja umur 16-18 tahun (Kementrian Kesehatan RI,

2018a).

Bangli merupakan salah satu kabupaten di Provinsi Bali yang menempati urutan pertama dengan jumlah kasus stunting pada tertinggi di Bali berdasarkan hasil Riskesdas 2018 yaitu sebesar 35,24% (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2019). Berdasarkan data hasil SSGI 2021, kasus stunting balita di Kabupaten Bangli dinyatakan mengalami penurunan, walaupun mengalami penurunan Kabupaten Bangli masih menempati peringkat ke-4 kasus stunting pada balita tertinggi di Bali (Kementerian Kesehatan RI, 2021). Hasil penelitian yang dilakukan pada tahun 2022 di Kabupaten Bangli menemukan kasus stunting pada remaja putri sebesar 11,8 % dan juga menemukan kejadian KEK remaja putri di Kabupaten Bangli sebesar 24,6% dengan Kecamatan Susut sebagai kecamatan yang memiliki kejadian KEK tertinggi yaitu sebesar 35,5% (Tresna Adhi et al., 2022). Remaja putri yang mengalami KEK berisiko menjadi calon ibu yang KEK di masa depan, calon ibu yang mengalami KEK dapat mengakibatkan terjadinya peningkatan risiko stunting di Indonesia (Millati et al., 2021).

Berdasarkan hal tersebut perlu dilakukan penelitian mengenai pengaruh teman sebaya, karakteristik keluarga, citra tubuh, risiko gangguan makan, dan keragaman pangan dengan status gizi remaja putri sehingga hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai bahan landasan kebijakan intervensi gizi yang dapat membantu menyelesaikan permasalahan gizi yang dihadapi oleh remaja khususnya remaja putri.

## METODE

Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan desain *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini yaitu pelajar putri di SMA dan SMK se-Kecamatan Susut, Bangli sebanyak 523. Kriteria inklusi dalam penelitian ini, yaitu sekolah bersedia mengikuti penelitian, pelajar aktif saat penelitian dilakukan, usia 15-18 tahun, bersedia menjadi subjek penelitian dengan menandatangani *informed consent*. Sedangkan kriteria eksklusi dalam penelitian ini yaitu tidak menjawab kuesioner dan mengikuti penelitian secara lengkap, serta responden sakit saat penelitian. Sampel dari penelitian ini adalah pelajar putri di SMA dan SMK di Kecamatan Susut, Bangli berjumlah 127 orang yang terpilih menggunakan teknik *simple random sampling*. Adapun data yang dikumpulkan dalam penelitian ini adalah data primer yang diperoleh langsung dari responden. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner dalam bentuk *google form*. Data yang dikumpulkan meliputi identitas responden (umur, kelas, sekolah), pengaruh teman sebaya, karakteristik keluarga (Pendidikan orang tua, pekerjaan orang tua, pendapatan keluarga), citra tubuh, risiko gangguan makan, keragaman pangan, dan status gizi yang dikumpulkan melalui pengukuran antropometri menggunakan alat berupa timbangan digital merek *One Med* dengan ketelitian 0,1 kg dan *microtoise One Med staturemeter* dengan ketelitian 0,1 cm

Data yang dikumpulkan akan dianalisis secara deskriptif untuk melihat gambaran distribusi frekuensi data yang

dikumpulkan dan bivariabel dengan uji *chi square* untuk melihat hubungan variabel bebas dengan variabel terikat. Penelitian ini telah diperiksa sesuai *ethical clearance* dari Komisi Etik Fakultas Kedokteran Universitas Udayana/RSUP Sanglah dengan nomor 2023.01.1.0437 bertanggal 29 Maret 2023.

## HASIL

Identitas responden dalam penelitian ini terdiri dari umur, sekolah dan kelas. Frekuensi distribusi sampel disajikan dalam tabel 1 dapat diketahui bahwa responden dalam penelitian memiliki rata-rata umur sebesar 16,35, nilai standar deviasi  $\pm 0,810$ . Sebagian besar pelajar putri berumur 16 tahun sebanyak 59 orang (46,5%) berasal dari SMAN 1 Susut sebanyak 82 orang (64,6%), berada di kelas XI yaitu sebanyak

70 orang (55,1%).

### Pengaruh Teman Sebaya

Sebagian besar pelajar putri di Kecamatan Susut, Kabupaten Bangli berada dalam kategori tidak ada pengaruh teman sebaya sebanyak 104 orang (81,9%). Skor total variabel pengaruh teman sebaya didapatkan nilai rata-rata sebesar 6,76 dengan nilai standar deviasi sebesar  $\pm 3,526$ .

### Karakteristik Keluarga

Sebagian besar pendidikan ayah dan ibu pelajar putri berada di kategori rendah yaitu 55,9% dan 65,4%. Sementara sebesar 98,4% ayah responden bekerja dan 74% ibu responden bekerja. Sebesar 78% pendapatan keluarga berada pada kategori rendah dengan nilai rata-rata pendapatan keluarga yaitu sebesar Rp 1.893.307,09 dengan nilai standar deviasi  $\pm 1.700.564,35$ .

Tabel 1. Frekuensi Distribusi Variabel

Variabel	Total Sampel				
	n	%	Mean	SD	Min-Max
<b>Identitas Responden</b>					
Umur					
15 tahun	17	13,4			
16 tahun	59	46,5	16,35	0,810	15-18
17 tahun	41	32,3			
18 tahun	10	7,9			
Sekolah					
SMAN 1 Susut	82	64,6			
SMKN 1 Susut	39	30,7			
SMKS Sastra Mandala	6	4,7			
Kelas					
X	57	44,9			
XI	70	55,1			
<b>Pengaruh Teman Sebaya</b>					
Ada Pengaruh	23	18,1	6,76	3,526	0-15
Tidak Ada Pengaruh	104	81,9			
<b>Karakteristik Keluarga</b>					
Pendidikan Ayah					

Variabel	Total Sampel				
	n	%	Mean	SD	Min-Max
Rendah	71	55,9			
Tinggi	56	44,1			
<b>Pendidikan Ibu</b>					
Rendah	83	65,4			
Tinggi	44	34,6			
<b>Pekerjaan Ayah</b>					
Tidak Bekerja	2	1,6			
Bekerja	125	98,4			
<b>Pekerjaan Ibu</b>					
Tidak bekerja	33	26,0			
Bekerja	94	74,0			
<b>Pendapatan Keluarga</b>					
Rendah	99	78,0	1.893.307,09	1.700.564,35.	500.000-
Tinggi	28	22,0			10.000.000
<b>Citra Tubuh</b>					
Negatif	23	18,1	76,63	35,933	34-197
Positif	104	81,9			
<b>Risiko Gangguan Makan</b>					
Berisiko	17	13,4	9,82	8,798	
Tidak Berisiko	110	86,6			
<b>Keragaman Pangan</b>					
Beragam	35	27,6	15,69	1,366	10-17
Tidak Beragam	92	72,4			
<b>Status Gizi (IMT/U)</b>					
Gizi Buruk	1	0,8			
Gizi Kurang	3	2,4	-0,0257 SD	1,032	-3,42-2,42
Normal	103	81,1			SD
Gizi Lebih	15	11,8			
Obese	5	3,9			

### Citra Tubuh

Mayoritas pelajar putri memiliki citra tubuh positif yaitu sebesar 81,9%. Terdapat sebagian kecil pelajar putri yang memiliki citra tubuh negatif yaitu sebesar 23 orang (18,1%). Rata-rata skor total citra tubuh responden sebesar 76,63, nilai standar deviasi  $\pm 35,933$ .

### Risiko Gangguan Makan

Sebesar 86,6% pelajar putri tidak berisiko gangguan makan, namun namun masih terdapat pelajar putri yang berisiko

gangguan makan sebanyak 17 orang (13,4%). Nilai rata-rata skor total risiko gangguan makan sebesar 9,82 dengan nilai standar deviasi  $\pm 8,798$ .

### Keragaman Pangan

Sebagian besar pelajar putri memiliki keragaman pangan berada dalam kategori beragam sebesar 72,4%. Rata-rata skor keragaman pangan 15,69 dengan nilai standar deviasi  $\pm 1,366$ .

### Status Gizi

Hampir seluruh pelajar putri di

Kecamatan Susut, Kabupaten Bangli berstatus gizi normal yaitu 103 orang (81,1%), sebagian kecil berstatus gizi tidak normal yaitu sebanyak 15 orang (11,8%) berstatus gizi lebih, sebanyak 5 orang (3,9%) berstatus gizi obese, sebanyak 3

orang (2,4%) berstatus gizi kurang, dan sebanyak 1 orang (0,8%) berstatus gizi buruk. Nilai rata-rata *Z-Score* IMT/U pelajar putri sebesar -0,0257 SD dengan nilai standar deviasi sebesar 1,032

Tabel 2. Pengaruh Teman Sebaya, Citra tubuh, Risiko Gangguan Makan dengan Status Gizi Pelajar Putri

Variabel Independen	Masalah Gizi		Normal		OR	95%CI	p
	n	%	n	%			
<b>Pengaruh Teman Sebaya</b>							
Ada Pengaruh	15	28,3	38	71,1	2,85	1,14-7,14	0,039*
Tidak Ada Pengaruh	9	12,2	65	87,7			
<b>Karakteristik Keluarga</b>							
Pendidikan Ayah							
Rendah	12	16,9	59	79,5	0,75	0,31-1,82	0,675
Tinggi	12	21,4	44	84,1			
Pendidikan Ibu							
Rendah	17	20,5	66	79,5	1,36	0,52-2,87	0,698
Tinggi	7	15,9	37	84,1			
Pekerjaan Ayah							
Tidak bekerja	0	0,0	2	100,0	-	-	1,000
Bekerja	24	19,2	101	80,8			
Pekerjaan Ibu							
Tidak Bekerja	12	36,4	21	63,6	3,91	1,54-9,93	0,007*
Bekerja	12	12,8	82	87,2			
Pendapatan Keluarga							
Rendah	18	18,2	81	81,8	0,82	0,29-2,29	0,909
Tinggi	6	21,4	22	78,6			
<b>Citra Tubuh</b>							
Negatif	9	39,1	14	60,9	3,82	1,40-10,37	0,015*
Positif	15	14,4	89	85,6			
<b>Risiko Gangguan Makan</b>							
Berisiko	8	47,1	9	52,9	5,22	1,76-15,53	0,004*
Tidak Berisiko	16	14,5	94	85,5			
<b>Keragaman Pangan</b>							
Beragam	7	20,0	28	80,0	1,10	0,41-2,94	1,000
Tidak Beragam	17	18,5	75	81,5			

Berdasarkan tabel 2. pelajar putri yang mengalami masalah gizi di Kecamatan Susut, Kabupaten Bangli cenderung

ditemukan pada pelajar putri yang berada pada kategori ada pengaruh dari teman sebaya dengan persentase sebesar 28,3%

\*e-mail korespondensi : ktresnaadhi@unud.ac.id

dibandingkan dengan pelajar putri yang berada pada kategori tidak ada pengaruh dari teman sebayanya yaitu 12,2%. Hasil uji *chi-square* menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengaruh teman sebaya dengan status gizi pelajar putri dengan  $p$  value = 0,039 ( $p < 0,05$ ). Selain itu, didapatkan nilai OR sebesar 2,851 (95%CI 1,138-7,141), nilai  $OR > 1$  menunjukkan bahwa pelajar putri yang berada pada kategori ada pengaruh dari teman sebaya berpeluang 2,851 kali mengalami masalah gizi dibandingkan dengan pelajar putri yang berada di kategori tidak ada pengaruh teman sebaya.

Dilihat dari karakteristik keluarga bahwa pelajar putri yang mengalami masalah gizi cenderung ditemukan pada pelajar putri dengan tingkat pendidikan ayah yang tinggi dengan persentase 21,4% dibandingkan dengan pelajar putri dengan tingkat pendidikan ayah yang rendah yaitu sebesar 16,9%. Dilihat dari hasil uji *chi square* menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pendidikan orang tua dengan status gizi pelajar putri yakni pendidikan ayah dengan nilai  $p$  value = 0,675 ( $p > 0,05$ ) ( $OR = 0,746$ , 95%CI = 0.306-1.817). Sedangkan pada pendidikan ibu, pelajar dengan masalah gizi cenderung ditemukan pada ibu dengan pendidikan rendah dengan persentase sebesar 20,5% dibandingkan ibu dengan pendidikan tinggi yaitu sebesar 15,9%. Dari hasil uji *chi square* diperoleh nilai  $p$  value = 0,698 ( $p > 0,05$ ) menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pendidikan ibu dengan status gizi pelajar putri. Jika dilihat dari nilai  $OR = 1,361$  (95%CI = 0.517-2.867) pada pendidikan ibu,

menunjukkan bahwa pelajar putri dengan pendidikan ibu kategori rendah berpeluang 1,361 kali mengalami masalah gizi dibandingkan dengan pelajar dengan pendidikan ibu kategori tinggi ( $OR > 1$ ).

Sementara itu, pelajar putri yang mengalami masalah gizi ditemukan pada ayah yang bekerja sebesar 19,2% dibandingkan dengan ayah yang tidak bekerja yaitu 0%. Dari hasil analisis bivariabel diperoleh nilai  $p$ -value = 1,000 ( $p > 0,05$ ), hal ini menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pekerjaan ayah dengan status gizi pelajar putri di Kecamatan Susut, Kabupaten Bangli. Pada pekerjaan ibu, pelajar putri dengan masalah gizi ditemukan pada ibu yang tidak bekerja dengan persentase sebesar 36,4%, dan sebesar 12,8% pada ibu yang bekerja. Hasil uji *chi square* menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dengan 86 status gizi pelajar putri dengan  $p$  value = 0,007 ( $p < 0,05$ ). Nilai  $OR = 3,905$  (95%CI = 1,536-9,924) menunjukkan bahwa pelajar putri dengan ibu yang tidak bekerja memiliki peluang 3,905 kali mengalami masalah gizi dibandingkan dengan pelajar putri dengan ibu yang bekerja.

Selanjutnya dapat diketahui bahwa pelajar putri dengan masalah gizi ditemukan pada pendapatan keluarga. Hasil uji *chi square* menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pendapatan keluarga dengan status gizi pelajar putri dengan  $p$  value = 0,909 ( $p > 0,05$ ) ( $OR = 0,815$ , 95%CI = 0.289- 2.299).

Berdasarkan citra tubuh ditemukan bahwa pelajar putri yang mengalami masalah gizi cenderung ditemukan pada

pelajar putri dengan citra tubuh negatif dengan persentase 39,1% dibandingkan dengan pelajar putri dengan citra tubuh positif sebesar 14,4%. Hasil uji chi-square pada tabel 5.13 menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara citra tubuh dengan status gizi pelajar putri dengan nilai  $p$  value = 0,015 ( $p < 0,05$ ) menunjukkan bahwa pelajar putri dengan citra tubuh negatif berpeluang 3,814 kali 87 mengalami masalah gizi dibandingkan dengan pelajar putri dengan citra tubuh positif.

Selanjutnya, pada risiko gangguan makan dapat diketahui bahwa pelajar putri yang mengalami masalah gizi cenderung ditemukan pada pelajar yang berisiko gangguan makan dengan persentase sebesar 47,1% dibandingkan dengan pelajar putri yang tidak berisiko gangguan makan sebesar 14,5%. Hasil uji chi-square menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara risiko gangguan makan dengan status gizi pelajar putri dengan  $p$  value = 0,004 ( $p < 0,05$ ) (95%CI=1.756- 15.531) menunjukkan bahwa pelajar putri yang berisiko gangguan makan berpeluang 5,222 kali mengalami masalah gizi dibandingkan pelajar putri yang tidak berisiko gangguan makan.

Sementara itu, pada keragaman pangan diketahui bahwa pelajar putri yang mengalami masalah gizi di Kecamatan Susut, Kabupaten Bangli cenderung ditemukan pada kategori keragaman pangan yang tidak beragam dengan persentase sebesar 20% dibandingkan dengan yang memiliki keragaman pangan kategori beragam dengan persentase sebesar 18,5%. Hasil uji chi-square

menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara keragaman pangan dengan status gizi pelajar putri dengan nilai  $p$  value = 1,000 ( $P > 0,05$ ). Jika dilihat dari nilai OR=1,103 menunjukkan bahwa pelajar putri dengan keragaman pangan yang tidak beragam memiliki peluang 1,103 kali mengalami masalah gizi dibandingkan dengan pelajar putri yang keragaman pangan berada di kategori beragam.

## PEMBAHASAN

### Hubungan Pengaruh Teman Sebaya dengan Status Gizi Pelajar Putri

Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa pelajar putri yang mengalami masalah gizi cenderung ditemukan pada pelajar putri yang mendapatkan pengaruh 97 dari teman sebaya (28,3%) dibandingkan dengan yang tidak mendapatkan pengaruh dari teman sebaya (12,2%). Hasil uji *chi square* didapatkan nilai  $p$  value sebesar 0,039. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengaruh teman sebaya dengan status gizi pelajar putri ( $p < 0,05$ ). Penelitian ini mendukung hasil penelitian (Nomate et al., 2017), bahwa ditemukan hubungan yang berarti antara teman sebaya dengan status gizi remaja  $p$  value sebesar 0,040 ( $p < 0,05$ ). Hasil penelitian ini berbeda dari apa yang ditemukan oleh (Wati et al., 2022) yang menyatakan bahwa tidak ditemukan hubungan yang signifikan antara pengaruh teman sebaya dengan status gizi remaja putri ( $p = 0,29; 0,77 > 0,05$ ).

Usia remaja sangat rentan terkena dampak dari lingkungan sekitarnya salah satunya berkaitan dengan teman sebaya

(Wati et al., 2022) Kecenderungan remaja untuk menyesuaikan diri dengan teman sebaya tersebut dapat menghambat perkembangan kemampuan remaja dalam mengambil keputusan secara mandiri dan bertanggung jawab termasuk dalam pemilihan konsumsi pangan (Ragelienė & Grønhøj, 2020).

Remaja yang mendapat dukungan teman sebaya memiliki kemungkinan yang lebih tinggi memiliki pola konsumsi yang lebih sehat dibandingkan yang tidak (Haidar et al., 2019) Pengaruh teman sebaya juga berlaku sebaliknya, di bawah pengaruh teman sebaya remaja dapat membentuk kebiasaan yang tidak sehat seperti konsumsi *junk food* saat berkumpul dengan teman sebayanya. Hal tersebut tentunya dapat memberikan pengaruh negatif terhadap perilaku makan remaja yang berdampak pada status gizinya dan meningkatkan risiko terjadinya masalah gizi (Milenianti Artadini et al., 2022; Yarah & Benita, 2021). Selain itu, tekanan yang diberikan oleh teman sebaya untuk mengikuti standar penampilan yang ada dapat mendorong remaja putri untuk memiliki citra tubuh negatif yang dapat menyebabkan terjadinya penyimpangan perilaku makan yang tentunya berdampak pada status gizinya (Lestari et al., 2017, 2022; Syifa & Pusparini, 2018).

### **Hubungan Karakteristik Keluarga dengan Status Gizi Pelajar Putri**

Ditinjau dari hasil *uji chi square* berdasarkan pendidikan ayah, diperoleh nilai  $p$  value = 0,675 ( $>0,05$ ) dan pendidikan ibu  $p= 0,698$  ( $>0,05$ ). Hal tersebut menunjukkan bahwa untuk pendidikan

ayah dan ibu tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan status gizi pelajar putri di 99 Kecamatan Susut, Kabupaten Bangli. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Juliantara&Setiyo Nugroho, 2021) yang menemukan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pendidikan ayah dan pendidikan ibu dengan status gizi kurang pada remaja di SMPN 8 Samarinda. Namun, penelitian ini berbeda dengan temuan yang dilaporkan oleh Kunwar&Pillai (2002) dalam (Juliantara & Setiyo Nugroho, 2021) yang menyatakan bahwa pendidikan orang tua memiliki hubungan yang signifikan dengan status gizi anak.

Pendidikan orang tua yang baik akan berdampak pada kesadaran dan pemahaman orang tua yang lebih baik dalam pemenuhan gizi anaknya. Hal tersebut dikarenakan idealnya orang tua dengan pendidikan yang tinggi akan lebih memahami bagaimana memberikan yang terbaik dan menentukan sikap yang tepat bagi perkembangan anaknya dan menentukan yang terbaik bagi anaknya termasuk memperhatikan status gizinya (Febrianto & Rismayanthi, 2014; Suhartini & Ahmad, 2018). Namun, hal tersebut tidak dapat dijadikan tolak ukur bahwa orang dengan pendidikan yang tinggi akan memiliki pengetahuan yang baik di segala bidang, hal ini dikaitkan kembali dengan ketertarikan orang tua mengenai informasi tersebut dan keinginan untuk mencari informasi (Putri et al., 2017).

Berdasarkan hasil analisis bivariabel, ditemukan bahwa pelajar putri dengan masalah gizi cenderung ditemukan pada ayah yang bekerja dibandingkan dengan

yang tidak bekerja. Hasil uji chi square menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pekerjaan ayah dengan status gizi pelajar putri ( $p=1,000 >0,05$ ). Hasil ini didukung oleh penelitian yang dilakukan (Suhartini & Ahmad, 2018) yang menemukan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pekerjaan orang tua dengan status gizi remaja putri ( $p=1,000 >0,05$ ). Pekerjaan orang tua berkaitan dengan pendapatan keluarga atau status sosial ekonomi. Pendapatan keluarga berhubungan dengan kemampuan keluarga untuk menyediakan bahan makanan yang memadai baik dari segi kualitas dan kuantitas untuk anggota keluarga.

Dilihat dari pekerjaan ibu, hasil penelitian menemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pekerjaan ibu dengan status gizi pelajar putri ( $p=0,007 <0,05$ ). Hasil ini sejalan dengan penelitian dilakukan oleh (Wicaksana & Nurriszka, 2019) yang menemukan pekerjaan ibu signifikan berhubungan dengan status gizi remaja putri. Penelitian yang dilakukan oleh (Martin et al., 2018). yang menyatakan bahwa ibu yang bekerja dapat meningkatkan peluang anak untuk mengalami gizi kurang. Namun, ibu yang bekerja bukan menjadi faktor utama remaja mengalami masalah gizi.

Seperti halnya dalam penelitian ini, ditemukan bahwa persentase pelajar putri dengan masalah gizi lebih besar pada ibu yang tidak berkerja (36,4%) dibandingkan dengan yang bekerja (12,8%). Hal ini berkaitan dengan lingkungan pekerjaan yang dapat dijadikan sebagai tempat untuk memperoleh pengalaman dan pengetahuan

secara langsung atau tidak langsung. Ibu yang bekerja dapat meningkatkan pengetahuan dan pengalaman khususnya berkaitan dengan gizi yang tentunya dapat berguna untuk pemenuhan kebutuhan gizi remaja dibandingkan dengan ibu yang tidak bekerja (Muliani et al., 2020). Hal ini dikarenakan ibu yang bekerja dapat berinteraksi dengan banyak orang yang mana dapat memberi kemudahan akses informasi bagi ibu salah satunya tentang gizi (Putri et al., 2017).

Dilihat dari pendapatan keluarga, hasil analisis bivariabel ditemukan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pendapatan keluarga dengan status gizi pelajar putri ( $p=0,909 >0,05$ ) (OR=0,815, 95%CI= 0.289-2.299). Hasil ini didukung dengan temuan penelitian yang dilakukan oleh (Rizki et al., 2023) yang menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pendapatan orang tua dengan status gizi siswa ( $p=0,256 >0,05$ ). Namun, hasil ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh oleh (Chandra & Aisah, 2023) yang menyatakan bahwa pendapatan keluarga berhubungan dengan status gizi (IMT/U) remaja putri di SMAN 11 Kota Jambi ( $p=0,00, p <0,05$ ).

Pendapatan keluarga berkaitan dengan kemampuan keluarga untuk membeli bahan makanan yang baik secara kualitas dan kuantitas. Pendapatan keluarga yang tinggi memungkinkan keluarga untuk membeli bahan makanan yang bergizi untuk memenuhi kebutuhan anggota keluarga (Laode Wado et al., 2019; Suhartini and Ahmad, 2018). Pendapatan keluarga yang tinggi belum tentu menjamin terpenuhinya gizi dalam keluarga, hal ini

kembali lagi pada kemampuan keluarga untuk mengelola pendapatannya untuk memenuhi kebutuhan pangan dan gizi keluarga. Seperti halnya dengan hasil penelitian ini ditemukan bahwa pelajar putri dengan masalah gizi cenderung ditemukan pada pendapatan keluarga yang tinggi (21,4%) dibandingkan dengan pendapatan keluarga yang rendah (18,2%). Jika prioritas penggunaan pendapatan keluarga diprioritaskan pada hal lain dibandingkan pada kebutuhan pangan yang bergizi maka kemungkinan keluarga akan mengalami permasalahan yang berhubungan dengan gizi dalam keluarga salah satunya pada remaja (Laode Wado et al., 2019).

### **Hubungan Citra Tubuh dengan Status Gizi Pelajar Putri**

Ditinjau dari hasil uji *chi square* juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara citra tubuh dengan status gizi pelajar putri di Kecamatan Susut, Kabupaten Bangli dengan nilai *p value* sebesar 0,015 ( $p < 0,05$ ). Pelajar putri dengan citra tubuh negatif memiliki peluang 3,814 kali mengalami masalah gizi dibandingkan dengan pelajar putri dengan citra tubuh positif. Hasil ini didukung dengan penelitian yang dilakukan (Yusintha & Adriyanto, 2018) yang melaporkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara citra tubuh dengan status gizi remaja putri usia 15-18 tahun ( $p = 0,002$ ). Penelitian lain juga menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara citra tubuh dengan status gizi remaja putri di SMAN 1 Denpasar ( $p = 0,001 < 0,05$ ) (Agustini et al., 2021).

Citra tubuh negatif pada remaja putri akan membuat remaja tidak merasa nyaman, canggung, merasa malu dan cemas terhadap bentuk tubuh yang dimilikinya (Nomate et al., 2017). Hal tersebut menandakan ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh yang dapat mendorong remaja untuk melakukan berbagai upaya dalam memperbaiki ataupun mempertahankan penampilan dengan cara membatasi asupan makan secara ekstrim, melakukan aktivitas fisik berlebihan dan tidak memperhatikan kesehatan dan kaidah gizi. Upaya tersebut dapat mengarahkan remaja pada masalah kesehatan seperti gangguan makan yang nantinya memengaruhi status gizinya (Nomate et al., 2017; Yusintha & Adriyanto, 2018). Namun, hasil berbeda didapatkan pada penelitian lain di SMAN 1 Kupang yang menemukan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara citra tubuh dengan status gizi remaja karena citra tubuh merupakan salah satu dari banyak faktor yang dapat memengaruhi status gizi remaja (Nomate et al., 2017).

### **Hubungan Risiko Gangguan Makan dengan Status Gizi Pelajar Putri**

Gangguan makan merupakan salah satu masalah gizi yang dialami oleh remaja yang mana dapat dilihat dari adanya perubahan perilaku makan yang tidak tepat (Ariani et al., 2021). Berdasarkan hasil uji *chi square* menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara risiko gangguan makan dengan status gizi (IMT/U) pada pelajar putri di Kecamatan Susut, Kabupaten Bangli ( $p = 0,004 (p < 0,05)$ ). Pelajar putri yang berisiko gangguan makan memiliki peluang 5,222 kali untuk

mengalami masalah gizi dibandingkan dengan remaja yang tidak berisiko gangguan makan. hasil yang serupa juga ditemukan pada publikasi (Yani et al., 2022) yang melaporkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *eating disorder* dengan status gizi remaja putri di Denpasar ( $p=0,01$ ; PR(95%CI)=2,45(1,32-4,56).

Remaja dengan gangguan makan memiliki perasaan khawatir yang berlebihan akan berat badan yang bertambah dan penampilannya. Sebagian akan fokus untuk menurunkan berat badan, terobsesi dengan bentuk tubuh dan berat badannya (National Institute of Mental Health, 2021; WHO, 2005) Gangguan makan yang dialami remaja dapat memengaruhi asupan zat gizi baik kualitas dan kuantitas yang berdampak buruk pada status gizinya. Hal ini karena remaja dengan gangguan makan cenderung membatasi asupan zat gizi dengan membatasi jumlah kalori terutama yang berasal dari lemak dan asupan hewani (Bintang et al., 2019; Nurjannah and Muniroh, 2019) sehingga dapat menyebabkan asupan zat makro semakin menurun atau bahkan tidak ada asupan sama sekali.

Perilaku makan remaja yang buruk seperti mengonsumsi makanan rendah zat gizi dan mengonsumsi makanan cepat saji, serta melakukan diet yang tidak sehat seperti *fads diet* (menghiraukan sumber protein, karbohidrat, vitamin dan mineral) yang didorong oleh adanya keinginan remaja untuk kurus juga dapat berdampak pada asupan zat gizi remaja yang akan memengaruhi status gizi remaja (Bintang et al., 2019; Purba et al., 2019)

### **Hubungan Keragaman Pangan dengan Status Gizi Pelajar Putri**

Berdasarkan hasil analisis bivariabel ditemukan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara keragaman pangan dengan status gizi pelajar putri ( $p=1,000>0,05$ ). Pelajar putri dengan konsumsi pangan yang tidak beragam memiliki peluang 1,103 kali mengalami masalah gizi dibandingkan dengan konsumsi pangan yang beragam (OR=1,103(OR>1),95%CI=0.413-2.943). Hasil ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh (Wulansari et al., 2019) yang melaporkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *Dietary Diversity Score* dengan status gizi remaja di Kecamatan Pelawan, Kabupaten Sarolangun. Hasil tersebut berbeda dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Kahssay et al., 2020) yang menemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dietary diversity dengan kejadian stunting ( $p<0,05$ ).

Keragaman pangan merupakan indikator dari pola makan yang sehat dan asupan mikro nutrisi yang cukup (Halala Handiso et al., 2020). Semakin beragam pangan yang dikonsumsi maka kebutuhan gizi remaja semakin mudah untuk dipenuhi. Sebaliknya jika keragaman pangan yang dikonsumsi rendah maka akan terjadi ketidakseimbangan antara kebutuhan dengan zat gizi masuk sehingga dapat menimbulkan masalah gizi. Hal tersebut karena tidak adanya bahan pangan yang mengandung semua jenis zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh maka dari itu dibutuhkan asupan zat gizi dari bahan makanan yang bervariasi (Aditianti et al.,

2016; Agustini et al., 2021; Andina Rachmayani et al., 2018).

### SIMPULAN

Berdasarkan analisis bivariabel ditemukan variable yang berhubungan signifikan dengan status gizi (IMT/U) adalah pengaruh teman sebaya, karakteristik keluarga (pekerjaan ibu), citra tubuh, dan risiko gangguan makan.

### SARAN

Disarankan bagi institusi pelayanan perlu perlu mempertimbangkan faktor lain dalam menyusun kebijakan intervensi gizi pada pelajar putri. Salah satunya dengan lebih melibatkan peran aktif dari teman sebaya dalam upaya penanggulangan masalah gizi yang dihadapi oleh remaja khususnya remaja putri. Disarankan bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat melanjutkan penelitian dengan melihat faktor-faktor lain yang dapat berhubungan dengan status gizi dan dapat menggali lebih dalam mengapa faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi pelajar putri dalam penelitian ini melalui pendekatan kualitatif.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak sekolah yang telah berpartisipasi dan semua pihak yang telah membantu kelancaran penelitian ini.

### DAFTAR PUSTAKA

Aditianti, Prihatini, S., Hermina. (2016). Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Individu Tentang Makanan Beraneka Ragam sebagai Salah Satu

Indikator Keluarga Sadar Gizi (KAD ARZI). Indonesian Bulletin of Health Research 44, 117–126.

Agustini, M.P.A., Yani, M.V.W., Pratiwi, M.S.A., Yuliyatni, P.C.D. (2021). Hubungan Perilaku Makan dan Citra Tubuh dengan Status Gizi Remaja Putri di SMA Negeri 1 Denpasar. *Jurnal Medika Udayana* 10. <https://doi.org/10.24843.MU.2020.V10.i9.P10>

Andina Rachmayani, S., Kuswari, M., Melani, V. (2018). Hubungan Asupan Zat Gizi dan Status Gizi Remaja Putri di SMK Ciawi Bogor. *Indonesian Journal of Human Nutrition* 5, 125–130. <https://doi.org/10.21776/ub.ijhn.2018.005.02.6>

Ariani, N., Swedarma, E., Saputra.(2021). Hubungan Citra Tubuh dengan Gangguan Perilaku Makan pada Remaja Putri Pengguna Instagram. *COPING (Community of Publishing In Nursing)* 9, 563–571.

Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2019. Laporan Provinsi Bali Riskesdas 2018. Jakarta .

Bintang, F.N., Dieny, F.F., Panunggal, B. (2019). Hubungan Gangguan Makan dan Kualitas Diet dengan Status Anemia pada Remaja Putri di Modelling School. *Journal of Nutrition College* 8, 164–171. <https://doi.org/10.14710/jnc.v8i3.25806>

Chandra, F., Aisah, A. (2023). Hubungan Sosial Ekonomi Terhadap Status Gizi Remaja Putri di SMA Negeri 11 Kota Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi* 12, 188. <https://doi.org/10.36565/jab.v12i1.683>

FAO/WHO. (2003). Diet, nutrition and the

- prevention of chronic diseases: Report of a Joint FAO/WHO Expert Consultation. . FAO/WHO.
- Febrianto, I.D., Rismayanthi, C. (2014). Hubungan Tingkat Penghasilan, Tingkat Pendidikan dan Tingkat Pengetahuan Orang Tua tentang Makanan Bergizi dengan Status Gizi. *MEDIKORA* 13.
- Haidar, A., Ranjit, N., Saxton, D., Hoelscher, D.M. (2019). Perceived Parental and Peer Social Support Is Associated With Healthier Diets in Adolescents. *J Nutr Educ Behav* 51, 23–31. <https://doi.org/10.1016/j.jneb.2018.10.003>
- Halala Handiso, Y., Belachew, T., Abuye, C., Workicho, A. (2020). Low dietary diversity and its determinants among adolescent girls in Southern Ethiopia. *Cogent Food Agric* 6. <https://doi.org/10.1080/23311932.2020.1832824>
- Harjatmo, T.P., Par'i, H.M., Wiyono, S. (2017). *Penilaian Status Gizi*, 1st ed. Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan Badan Pengembangan dan Pemberdayaan Sumber Daya Manusia Kesehatan , Jakarta.
- Ismayanti, D. (2020). The relationship of body shape perception, eating disorders, nutritional knowledge and food intake with nutritional status adolescent girls in Ayodya Pala. *ARGIPA (Arsip Gizi dan Pangan)* 4, 74–84. <https://doi.org/10.22236/argipa.v4i2.3829>
- Juliantara, R., Setiyo Nugroho, P. (2021). Hubungan Tingkat Pendidikan Orang Tua dan Status Pekerjaan Orang Tua Terhadap Gizi Kurang Pada Remaja di SMPN 8 Samarinda 2, 2031–2037.
- Kahssay, M., Mohamed, L., Gebre, A. (2020). Nutritional Status of School Going Adolescent Girls in Awash Town, Afar Region, Ethiopia. *J Environ Public Health* 2020. <https://doi.org/10.1155/2020/7367139>
- Kementrian Kesehatan RI. (2018a). Hasil Utama Riskesdas 2018.
- Kementrian Kesehatan RI. (2018b). Petunjuk Teknis Penyelenggaraan Posyandu Remaja (1). Kementerian Kesehatan RI .
- Kementrian Kesehatan RI. (2018c). Buku Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada Rematri dan WUS. Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat Kementerian Kesehatan RI, Jakarta.
- Kementrian Kesehatan RI. (2017). Inilah Risiko Hamil di Usia Remaja [WWW Document]. Kementerian Kesehatan RI. URL <https://www.kemkes.go.id/articledetail/view/17100200001/inilah-risiko-hamil-di-usia-remaja.html> (accessed 1.15.23).
- Laode Wado, L.A., Sudargo, T., Armawi, A. (2019). Sosio Demografi Ketahanan Pangan Keluarga Dalam Hubungannya Dengan Kejadian Stunting Pada Anak Usia 1 – 5 Tahun (Studi Di Wilayah Kerja Puskesmas Bandarharjo Kelurahan Tanjung Mas, Kecamatan Semarang Utara, Kotamadya Semarang, Provinsi Jawa Tengah). *Jurnal Ketahanan Nasional* 25, 178. <https://doi.org/10.22146/jkn.45707>
- Lestari, A.T., Yogisutanti, G., Sobariah, E.

- (2017). Hubungan Tingkat Stress dan Eating Disorder dengan Status Gizi pada Remaja Perempuan di SMA Negeri 1 Ciwidey. *Jurnal Ilmu Kesehatan* 12, 128–136.
- Lestari, N.R., Nofiantika, F., Widodo, S.T.M., (2022). Body image perception, teman sebaya, dan kebiasaan makan pada remaja putri di Jurusan Seni Tari, SMKI Yogyakarta Body image perception, peers, and eating habits among girl adolescent at Dancing Department, SMKI Yogyakarta. *Ilmu Gizi Indonesia* 5, 151–162.
- Marriott, B.P., Birt, D.F., Stallings, V.A., Yates, A.A. (2020). Present knowledge in nutrition. Volume 2, Clinical and applied topics in nutrition.
- Martin, M.A., Lippert, A.M., Chandler, K.D., Lemmon, M. (2018). Does mothers' employment affect adolescents' weight and activity levels? Improving our empirical estimates. *SSM Popul Health* 4, 291–300. <https://doi.org/10.1016/j.ssmph.2018.03.003>
- Milenianti Artadini, G., Fransiske Simanungkalit, S., Wahyuningsih, U., Studi Gizi Program Sarjana, P., Ilmu Kesehatan, F., Veteran Jakarta, U. (2022). The Relationship Between Eating Habits, Social Media Exposure and Peers With Nutritional Status of Nutrition Students at UPN Veteran Jakarta.
- Millati, N.A., Kirana, T.S., Ramadhani, D.A., Alveria, M. (2021). Cegah Stunting Itu Penting: Peran Remaja dalam Pencegahan Stunting.
- Muliani, S., Supiana, N., Hidayati, N. (2020). Kejadian dan Penyebab Stunting di Desa Mambalan Kecamatan Gunung Sari Kabupaten Lombok Barat Tahun 2020, JIKF.
- National Institute of Mental Health. (2021). Eating Disorders: About More Than Food [WWW Document]. National Institute of Mental Health. URL <https://www.nimh.nih.gov/sites/default/files/documents/health/publications/eating-disorders/eating-disorders-about-more-than-food.pdf> (accessed 3.15.23).
- Nomate, E.S., Nur, M.L., Toy, S.M. (2017). Hubungan Teman Sebaya, Citra Tubuh dan Pola Konsumsi dengan Status Gizi Remaja Putri. *Unnes Journal of Public Health* 6.
- Nurjannah, I., Muniroh, L. (2019). Body Image, Tingkat Kecukupan Zat Gizi, dan Fad Diets pada Model Remaja Putri di Surabaya. *Jurnal Media Gizi Indonesia* 14, 95–105. <https://doi.org/10.204736/mgi.v14i1.95-105>
- Purba, R.B., Djendra, I.M., Kindangen, R.Z., Ranti, I.N., Paruntu, O., Langi, G.K., Laoh, J.M. (2019). Eating Behavior and Protein Intake in Adolescent Girls with Anemia in Junior High School Krispa Silian the Regency of Southeast Minahasa North Sulawesi Indonesia. *International Journal of Pharma Medicine and Biological Sciences* 8, 53–57. <https://doi.org/10.18178/ijpmb.8.2.53-57>
- Putri, R.M., Rahayu, W., Maemunah, N., Ilmu, F., Universitas, K., Tunggadewi, T. (2017). Kaitan Pendidikan, Pekerjaan Orang Tua dengan Status Gizi Anak

- Pra Sekolah. *Jurnal Care* 5, 231–245.
- Ragelienė, T., Grønhoj, A. (2020). The influence of peers' and siblings' on children's and adolescents' healthy eating behavior. A systematic literature review. *Appetite* 148. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2020.104592>
- Rizki, A.M., Fikri, A.M., Andriani, E. (2023). Hubungan Sosiodemografi dan Aktivitas Fisik Terhadap Status Gizi Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi* 23, 628. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v23i1.3090>
- Suhartini, Ahmad. (2018). Analysis Factors related with nutritional status teenager Princess on student seventh grade 2 junior high school in the village Tambak Baya sub-district Cibadak districts Lebak year 2017. *Jurnal Medikes* 5.
- Syifa, R.S.A., Pusparini, P. (2018). Persepsi tubuh negatif meningkatkan kejadian eating disorders pada remaja usia 15-19 tahun. *Jurnal Biomedika dan Kesehatan* 1, 18–25. <https://doi.org/10.18051/JBiomedKes.2018.v1.18-25>
- Tresna Adhi, K., Januraga, P.P., Widarini, N.P., Suariyani, N.L.P., Tobing, D.H. (2022). Pengembangan Kit Edukasi “Remaja Sadar Stunting” dengan Pendekatan Co-Creation di Provinsi Bali. (Unpublished)
- United Nations Children's Fund. (2021). Strategi Komunikasi Perubahan Sosial dan Perilaku: Meningkatkan Gizi Remaja di Indonesia [WWW Document]. URL <https://www.unicef.org/indonesia/media/9241/file/Strategi%20Komunikasi%20Perubahan%20Sosial%20dan%20Perilaku.pdf>
- Virgandiri, S., Lestari, D.R., Zwagery, R.V. (2020). Relationship of Body Image with Eating Disorder in Female Adolescent. *Jurnal Ilmu Keperawatan (Journal of Nursing Science)* 8, 1–9. <https://doi.org/10.21776/ub.jik.2020.008.01.1>
- Wati, E.K., Dardjito, E., Proverawati, A., Wahyurin, I.S., Putri, W.A.K., Andini, K., Hapsari, P.W. (2022). Does Exposure to Health-related Information and Peer Effects Affect the Nutritional Status of Adolescents in Urban and Rural Areas? *Open Access Maced J Med Sci* 10, 900–904. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2022.8731>
- Wicaksana, D.A., Nurriszka, R.H. (2019). Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat Vol. 11 Edisi 1, 201935 Faktor-Faktoryang Berhubungan dengan Status Gizi pada Anak Usia Sekolah di SDN Bedahan 02 Cibinong Kabupaten Bogor Tahun 2018. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat* 11, 35–48.
- Widyaningsih, N.N., Kusnandar, K., Anantanyu, S. (2018). Keragaman pangan, pola asuh makan dan kejadian stunting pada balita usia 24-59 bulan. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)* 7, 22–29. <https://doi.org/10.14710/jgi.7.1.22-29>
- World Health Organization. (2005). Nutrition in adolescence-Issues and Challenges for the Health Sector [WWW Document]. World Health Organization. URL <https://apps.who>

int/iris/bitstream/handle/10665/43342/9241593660\_eng.pdf?sequence=1&isAlloved=y (accessed 3.10.23).

- Wulansari, A., Merita, Oesmaini, M. (2019). Hubungan Dietary Diversity Score (DDS) dengan Status Gizi Remaja di Kecamatan Pelawan, Kabupaten Sarolangun. Seminar Nasional Gizi STIKBA Jambi 2019 28–36.
- Yani, M.V.W., Pratiwi, M.S.A., Agustini, M.P.A., Yuliyatni, P.C.D., Supadmanaba, I.G.P. (2022). Hubungan kejadian eating disorder dengan status gizi remaja putri di Denpasar, Bali. *Intisari Sains Medis* 13, 664–669. <https://doi.org/10.15562/ism.v13i3.717>
- Yarah, S., Benita, M. (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*.
- Yusintha, A.N., Adriyanto. (2018). Hubungan Antara Perilaku Makan dan Citra Tubuh dengan Status Gizi Remaja Putri Usia 15-18 Tahun Relationship between Eating Behavior and Body Image with Nutritional Status of Adolescent Girl Age 15-18 Years. *Amerta Nutrition* 2, 30–36. <https://doi.org/10.2473/amnt.v2i2.2018.147-154>