



Hubungan Body Image dan Frekuensi Konsumsi Makanan Cepat Saji Dengan Status Gizi pada Remaja Putri di SMA Batik 2 Surakarta

Shafira Azzahra¹, Sudrajah Warajati Kisnawaty^{2*}, Dyah Intan Puspitasari³
^{1,2,3}Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah
Surakarta, Surakarta, Indonesia
Email: ¹shafira211003@email.com, ^{2*}swk329@ums.ac.id

Abstract

Adolescence is a critical stage of development, where nutrition and health influence the quality of individuals in adulthood. Adolescent nutritional status is influenced by various factors such as body image and fast food consumption. The aim of this study was to determine the relationship between body image and the frequency of fast food consumption with nutritional status. This research employed a cross-sectional design involving 61 respondents selected through proportional random sampling. Body image was measured using the MBSRQ-AS questionnaire consisting of 33 items covering four aspects: appearance evaluation, body part satisfaction, fat anxiety, and body categorization. The frequency of fast food consumption was assessed using a FFQ, and nutritional status data were obtained through weight and height measurements using the BMI-for-age index. Data analysis was conducted using the Spearman Rank test to examine the relationship between body image and the frequency of fast food consumption with nutritional status. The results showed that the majority of female adolescents had a positive body image (55.7%) and rarely consumed fast food (60.7%), with most having a good nutritional status (78.7%). The Spearman Rank test indicated a significant relationship between body image and nutritional status ($p < 0.001$), while there was no significant relationship between the frequency of fast food consumption and nutritional status ($p = 0.301$). The conclusion of this study is that body image affects the nutritional status of female adolescents, whereas fast food consumption does not necessarily have a significant influence on nutritional status.

Keywords: Adolescents, Body Image, Fast Food, Nutritional Status.

Abstrak

Masa remaja adalah tahap krusial perkembangan, di mana gizi dan kesehatan memengaruhi kualitas individu saat dewasa. Status gizi remaja dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti body image dan konsumsi makanan cepat saji. Tujuan penelitian adalah mengetahui hubungan antara body image dan frekuensi konsumsi makanan cepat saji dengan status gizi. Penelitian ini menggunakan desain penelitian cross sectional dengan 61 responden yang diambil dengan metode proposional random sampling. Body image diukur menggunakan kuesioner MBSRQ-AS sebanyak 33 pertanyaan yang meliputi

empat aspek yaitu evaluasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, kecemasan menjadi gemuk dan pengkategorian tubuh. Frekuensi konsumsi makanan cepat saji diukur menggunakan FFQ dan data status gizi diperoleh melalui pengukuran berat badan dan tinggi badan dengan indeks IMT/U. Analisis data menggunakan uji Rank Spearman untuk menguji hubungan antara body image dan frekuensi konsumsi makanan cepat saji dengan status gizi. Hasil penelitian menunjukkan mayoritas remaja putri memiliki body image positif (55,7%) dan jarang konsumsi makanan cepat saji (60,7%) dengan sebagian besar memiliki status gizi baik (78,7%). Uji Rank Spearman menunjukkan adanya hubungan body image dengan status gizi ($p = <0,001$) dan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara frekuensi konsumsi makanan cepat saji dengan status gizi ($p = 0,301$). Kesimpulan dalam penelitian ini body image berpengaruh terhadap status gizi remaja putri sementara konsumsi makanan cepat saji tidak selalu memiliki pengaruh yang signifikan dengan status gizi

Kata Kunci: Remaja, Body Image, Makanan Cepat Saji, Status Gizi.

PENDAHULUAN

Remaja merupakan masa peralihan antara masa anak dan masa dewasa yang berjalan antara umur 11 tahun sampai 21 tahun (Wahyuntari & Ismarwati, 2020). Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 secara nasional, prevalensi status gizi berdasarkan indeks massa tubuh menurut umur pada remaja perempuan usia 13–15 tahun menunjukkan sebagian besar dalam kategori gizi normal, yaitu sebesar 78,6%. Prevalensi status gizi sangat kurus tercatat sebesar 0,9%, kurus 4,5%, overweight 11,7%, dan obesitas 4,3%. Pada kelompok usia 16–18 tahun, proporsi remaja perempuan dengan status gizi normal mengalami sedikit peningkatan menjadi 78,8%, sedangkan prevalensi sangat kurus sebesar 0,5%, kurus 3,8%, *overweight* 11,4%, dan obesitas 4 (Kemenkes RI, 2018).

Kebutuhan dan status gizi seseorang dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain usia, jenis kelamin, aktivitas fisik, berat badan dan tinggi badan (Dwimawati, 2020). Jenis kelamin merupakan salah satu faktor internal yang mempengaruhi status gizi, dimana remaja perempuan cenderung memiliki tingkat kepuasan yang lebih rendah terhadap kondisi kesehatan dan citra tubuh dibandingkan remaja laki-laki (Ovita et al., 2019). *Body image* merupakan persepsi individu terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya yang dapat bersifat positif maupun negatif (Tylka & Wood-Barcalow, 2015). Remaja putri cenderung lebih memiliki *body image* negatif (Agustiningsih et al., 2020). Persepsi negatif terhadap tubuh terkadang juga memberikan manfaat bagi remaja (Wati & Sumarmi, 2017) seperti mendorong mereka untuk menjalani diet guna mencapai tubuh yang lebih proporsional atau ideal (Hidayati & Puspitasari, 2024). Persepsi negatif terhadap tubuh dapat berdampak buruk bagi remaja seperti pola makan yang tidak sehat sehingga berdampak pada status gizi (Khatimah et al., 2023) (Margiyanti, 2021).

Remaja dengan *body image* positif cenderung lebih percaya diri, menerapkan pola hidup sehat serta lebih mendukung untuk mencapai status gizi normal (Azzumroh & Anwar, 2023). Persepsi positif terhadap citra tubuh yang berlebihan dapat berdampak negatif karena mendorong individu mengabaikan kondisi kesehatan dan tidak mengubah gaya hidup meskipun memiliki status gizi kurang atau lebih (Putri et al., 2018). Persepsi citra tubuh dapat mempengaruhi pola makan dan berdampak pada status gizi (Margiyanti, 2021). Masalah gizi pada remaja sering disebabkan oleh pola makan tidak sehat, seperti konsumsi *fast food* yang tinggi kalori, lemak, garam, dan rendah serat, sehingga memicu kelebihan berat badan atau obesitas (Kanah, 2020) (Nugraeni et al., 2023). *Fast food* banyak dikonsumsi remaja karena harganya terjangkau dan mudah ditemukan, terutama

di kota besar (Bonita & Fitranti, 2017). Oleh karena itu, asupan gizi seimbang sangat dibutuhkan pada masa pertumbuhan (Ribeiro-Silva et al., 2018). Studi pendahuluan di SMA Batik 2 Surakarta terhadap 23 responden menunjukkan 13% memiliki status gizi lebih. Penelitian sebelumnya menyebutkan bahwa semakin tinggi IMT/U, semakin negatif *body image* seseorang (Marlina & Ernalina, 2020).

METODE

Jenis penelitian yang digunakan yaitu *observasional* dengan pendekatan *cross sectional*. Desain ini dipilih karena memungkinkan untuk mengamati hubungan antara variabel bebas (*body image* dan frekuensi konsumsi makanan cepat saji) dengan variabel terikat (status gizi) dalam satu waktu. Populasi penelitian ini remaja putri di SMA Batik 2 Surakarta kelas X. Penelitian ini dilakukan pada bulan Mei 2025. Lokasi penelitian dilakukan di SMA Batik 2 Surakarta. Penentuan sampel menggunakan metode *proporsional random sampling* untuk memastikan keterlibatan yang proporsional dari tiap kelas dan didapatkan sebanyak 61 responden. Kode etik penelitian didapatkan dari KEPK RSUD dr. Moewardi Surakarta No. 1.014/V/HREC/2025. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari kuesioner *body image* dan kuesioner frekuensi konsumsi makanan cepat saji. *Body image* diukur menggunakan kuesioner MBSRQ-AS (Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire – Appearance Scales) sebanyak 33 pertanyaan yang mencakup empat aspek, yaitu evaluasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, kecemasan menjadi gemuk, dan pengkategorian ukuran tubuh. Frekuensi konsumsi makanan cepat saji diukur menggunakan kuesioner Food Frequency Questionnaire (FFQ) yang disusun berdasarkan data recall 24 jam, survei pasar di sekitar sekolah, dan jenis makanan cepat saji yang umum dikonsumsi remaja. Data status gizi diperoleh melalui pengukuran berat badan menggunakan timbangan injak digital dan tinggi badan menggunakan stadiometer, kemudian dihitung menggunakan indeks IMT/U (Indeks Massa Tubuh menurut Umur) dan dikategorikan berdasarkan standar WHO. Data dianalisis menggunakan aplikasi SPSS versi 27. Uji Kolmogorov-Smirnov digunakan untuk menguji normalitas data karena jumlah subjek ≥ 50 . Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa data tidak berdistribusi normal, sehingga analisis hubungan antar variabel dilakukan menggunakan uji korelasi Rank Spearman. Uji ini dipilih karena sesuai untuk data non-parametrik dan mampu mengukur kekuatan serta arah hubungan antara dua variabel yang berskala ordinal maupun rasio, tanpa syarat distribusi normal. Analisis ini digunakan untuk mengetahui hubungan antara *body image* dan frekuensi konsumsi makanan cepat saji dengan status gizi remaja putri.

HASIL

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Subjek Penelitian

Karakteristik	n	%
Usia (tahun)		
15	28	45,9
16	33	54,1
Pendidikan Ayah		
SD	2	3,3
SMP	3	4,9
SMA	28	45,9
Perguruan Tinggi	28	45,9
Pendidikan Ibu		
SD	2	3,3

SMP	4	6,6
SMA	26	42,6
Perguruan Tinggi	29	47,5
Pekerjaan Ayah		
Buruh/Petani	3	4,9
Wiraswasta	25	41
Karyawan Swasta	10	16,4
Pegawai/ASN	23	37,7
Pekerjaan Ibu		
Tidak Bekerja	20	32,8
Buruh/Petani	3	4,9
Wiraswasta	25	41
Karyawan Swasta	7	11,5
Pegawai/ASN	6	9,8
Pendapatan Keluarga		
< UMR	5	8,2
≥ UMR	56	91,8
Uang Saku		
< Rp 20.000,-	6	9,8
≥ Rp 20.000,-	55	90,2

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa sebagian besar subjek berusia 16 tahun (54,1%). Mayoritas orang tua subjek memiliki tingkat pendidikan lanjut, yaitu lulusan SMA dan Perguruan Tinggi, dengan 91,8% ayah dan 90,2% ibu berada pada kategori tersebut. Dari segi pekerjaan, sebanyak 41% ayah dan 41% ibu responden bekerja sebagai wiraswasta. Berdasarkan data yang diperoleh, sebagian besar keluarga subjek memiliki tingkat pendapatan tinggi, dengan 91,8% keluarga berpenghasilan setara atau lebih dari UMR. Selain itu, mayoritas subjek (90,2%) menerima uang saku harian sebesar Rp20.000,00.

Tabel 2. Distribusi *Body Image*, Konsumsi Makanan Cepat Saji dan Status Gizi

Variabel	n	%
Body Image	61	100
<i>Body Image Positif</i>	34	55,7
<i>Body Image Negatif</i>	27	44,3
Konsumsi Makanan Cepat Saji	61	100
Jarang	37	60,7
Sering	24	39,3
Status Gizi	61	100
Gizi Kurang	1	1,6
Gizi Baik	48	78,7
Gizi Lebih	11	18,0
Obesitas	1	1,6

Pada tabel 2 menunjukkan bahwa mayoritas remaja putri memiliki *body image* positif sebesar 55,7%. Berdasarkan distribusi konsumsi makanan cepat saji, diketahui bahwa 60,7% remaja putri termasuk dalam kategori jarang mengonsumsi makanan cepat saji. Sementara itu, berdasarkan distribusi status gizi subjek, mayoritas remaja putri yaitu sebesar 78,7% berada dalam kategori gizi baik.

Tabel 3. Hubungan *Body Image* dengan Status Gizi

<i>Body Image</i>	Status Gizi				Total	<i>p value</i>
	Gizi Kurang	Gizi Baik	Gizi Lebih	Obesitas		
	n(%)	n(%)	n(%)	n(%)	n(%)	
<i>Body Image Positif</i>	1(2,9)	31(91,2)	2(5,9)	0(0,0)	34(100)	<0,001
<i>Body Image Negatif</i>	0(0,0)	17(63)	9(3,3)	1(3,7)	27(100)	

Berdasarkan tabel 3 hasil uji statistik korelasi *Rank Spearman* menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara *body image* terhadap status gizi, dengan nilai signifikansi (*p value*) <0,001.

Tabel 4. Hubungan Frekuensi Konsumsi Cepat Saji dengan Status Gizi

Konsumsi Makanan Cepat Saji	Status Gizi				Total	<i>p value</i>
	Gizi Kurang	Gizi Baik	Gizi Lebih	Obesitas		
	n(%)	n(%)	n(%)	n(%)	n(%)	
Jarang	1(2,7)	30(81,1)	5(13,5)	1(2,7)	37(100)	0,301
Sering	0(0,0)	18(75)	6(25,0)	0(0,0)	24(100)	

Berdasarkan tabel 4 hasil analisis statistik menggunakan uji korelasi *Rank Spearman* diketahui bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara frekuensi konsumsi makanan cepat saji terhadap status gizi dengan nilai signifikansi (*p value*) sebesar 0,301.

PEMBAHASAN

Hubungan *Body Image* dengan Status Gizi

Berdasarkan hasil uji hubungan menggunakan *Rank Spearman* didapatkan hasil signifikansi (*p value*) <0,001 yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *body image* dengan status gizi remaja putri. Mayoritas responden yang memiliki *body image* positif (91,2%) juga memiliki status gizi baik, sementara yang memiliki *body image* negatif mengalami obesitas (3,7%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Amri et al., (2025) dan Ovita et al., (2019) yang menyatakan bahwa remaja dengan persepsi tubuh yang positif cenderung memiliki status gizi normal karena lebih sadar akan pentingnya gaya hidup sehat. Sebaliknya, persepsi negatif terhadap tubuh seringkali berujung pada perilaku makan yang tidak sehat, seperti diet ekstrem, konsumsi makanan tinggi kalori secara emosional, atau bahkan gangguan makan lainnya. Penelitian lain menunjukkan hasil yang tidak sejalan dengan penelitian ini. Hasil penelitian Mulyati et al., (2019) menunjukkan tidak ada hubungan antara *body image* dengan status gizi pada remaja. Penelitian tersebut menyebutkan bahwa status gizi remaja putri bukan hanya dipengaruhi oleh *body image* karena *body image* merupakan faktor tidak langsung sedangkan faktor langsung yang dapat mempengaruhi status gizi meliputi konsumsi makanan sehari-hari dan kondisi kesehatan seperti penyakit infeksi.

Body image atau citra tubuh merupakan representasi mental yang dimiliki individu mengenai tubuhnya sendiri, mencakup persepsi, pikiran, dan perasaan subjektif terhadap bentuk serta anggota tubuh. Persepsi terhadap ukuran tubuh dapat menimbulkan kecemasan khususnya pada remaja yang kemudian akan mempengaruhi perilaku mereka.

Ketidakpuasan terhadap kondisi tubuh sering kali menjadi alasan remaja enggan melakukan suatu tindakan karena mereka merasa tidak nyaman atau tidak menyukai bentuk tubuhnya (Subardjo & Dewi, 2021). *Body image* dapat dikelompokkan menjadi *body image* positif dan *body image* negatif (Ramanda et al., 2019). Remaja yang mengalami kelebihan berat badan atau obesitas cenderung merasa tidak puas terhadap tubuhnya, sehingga membentuk citra tubuh yang negatif. Remaja dengan citra tubuh negatif umumnya memiliki perilaku makan yang kurang baik sehingga pola konsumsinya menjadi tidak seimbang. Ketidakseimbangan antara asupan energi dan energi yang dikeluarkan untuk aktivitas harian dapat mempengaruhi status gizi remaja (Yusinta & Adriyanto, 2018). Remaja yang mengalami kelebihan berat badan atau obesitas cenderung merasa tidak puas terhadap tubuhnya, sehingga mereka mengembangkan *body image* negatif yang kemudian berpengaruh pada pola makan tidak sehat (Kartika et al., 2021).

Hubungan Frekuensi Konsumsi Makanan Cepat Saji dengan Status Gizi

Berdasarkan hasil uji hubungan menggunakan *Rank Spearman* didapatkan hasil signifikansi (*p value*) 0,301 menunjukkan tidak adanya hubungan yang signifikan antara konsumsi makanan cepat saji dengan status gizi. Pada penelitian ditemukan bahwa terdapat responden yang memiliki status gizi obesitas meskipun termasuk dalam kategori dengan frekuensi konsumsi makanan cepat saji yang jarang. Frekuensi makanan cepat saji yang dikonsumsi belum cukup menjadi acuan menentukan kejadian gizi lebih, terdapat faktor lain yang berpengaruh diantaranya asupan karbohidrat, asupan protein, asupan energi, pengetahuan tentang gizi dan aktivitas fisik (Fahira & Fadhilah, 2024). Hasil penelitian ini sejalan dengan Nurrahmah & Fitriani, (2024) yang menunjukkan bahwa tidak adanya hubungan konsumsi makanan cepat saji dengan status gizi remaja. Penelitian lain yang dilakukan oleh Suaib et al., (2023) juga menunjukkan tidak adanya hubungan mengenai konsumsi makanan cepat saji dengan status gizi. Penelitian tersebut menyatakan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi hasil tersebut adalah kebiasaan sebagian besar siswa yang membawa bekal makanan dari rumah, sehingga mereka lebih memiliki makanan rumahan dibandingkan membeli makanan cepat saji di lingkungan sekolah.

Penelitian lain menunjukkan hasil yang tidak sejalan dengan penelitian ini. Hasil dari penelitian Saleh, (2020) menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara konsumsi makanan cepat saji dengan status gizi. Tingginya frekuensi konsumsi makanan cepat saji oleh sebagian responden menjadi salah satu faktor yang mendorong terjadinya hubungan. Semakin tinggi frekuensi konsumsi makanan cepat saji, semakin besar pula kemungkinan remaja mengalami status gizi berlebih, seperti gemuk atau obesitas (Banowati et al., 2011). Makanan cepat saji (*fast food*) merupakan jenis makanan yang disiapkan dan disajikan dalam waktu yang singkat. Jenis makanan ini umumnya mengandung kadar lemak, garam (natrium) dan gula yang tinggi namun rendah kandungan serat, vitamin serta mineral lainnya (Aulya et al., 2021). Makanan cepat saji diproduksi oleh industri pangan dengan teknologi canggih dan menggunakan zat adiktif untuk mendapatkan produk yang awet, sehingga konsumsi makanan cepat saji yang sering dapat meningkatkan timbunan energi dan lemak dalam tubuh yang menyebabkan peningkatan status gizi (Anam et al., 2022).

Status gizi remaja dipengaruhi oleh berbagai faktor selain konsumsi makanan cepat saji. Salah satu faktor utama adalah asupan zat gizi harian, yang mencakup keseimbangan antara karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral. Ketidakseimbangan asupan tersebut, baik kekurangan maupun kelebihan, dapat menyebabkan malnutrisi atau kelebihan gizi. Di sisi lain, tingkat pengetahuan dan sikap terhadap gizi turut

memengaruhi pemilihan makanan, di mana individu dengan pengetahuan gizi yang baik cenderung memilih makanan sehat dan bergizi seimbang (Dewanti et al., 2023). Lingkungan sosial dan keluarga juga berpengaruh, terutama dalam hal kebiasaan makan bersama, membawa bekal dari rumah, serta pengaruh teman sebaya dalam memilih makanan (Suaib et al., 2023). Selain itu, faktor sosial ekonomi, seperti pendapatan keluarga, dapat menentukan jenis makanan yang dikonsumsi; keluarga dengan penghasilan rendah cenderung membeli makanan murah yang tinggi kalori dan rendah gizi (Banowati et al., 2011). Dari hasil ini dapat diketahui bahwa frekuensi konsumsi saja tidak cukup menggambarkan dampaknya terhadap status gizi, karena jenis makanan lain yang dikonsumsi, kebiasaan makan, dan gaya hidup secara keseluruhan berperan penting. Selain itu, responden dalam penelitian ini sebagian besar memiliki kebiasaan membawa bekal dari rumah dan tidak terlalu sering mengonsumsi fast food, yang dapat memengaruhi hasil akhir.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar remaja putri yang menjadi subjek penelitian berusia 16 tahun, dengan latar belakang orang tua yang mayoritas memiliki pendidikan lanjut dan pekerjaan sebagai wiraswasta, serta kondisi ekonomi keluarga yang tergolong mencukupi. Mayoritas remaja putri memiliki body image positif dan tergolong jarang mengonsumsi makanan cepat saji. Sebagian besar responden juga memiliki status gizi baik. Terdapat hubungan yang signifikan antara body image dengan status gizi remaja putri, namun tidak ditemukan hubungan yang signifikan antara frekuensi konsumsi makanan cepat saji dengan status gizi. Temuan ini menunjukkan bahwa persepsi terhadap tubuh dapat memengaruhi status gizi remaja, sementara konsumsi makanan cepat saji tidak selalu berdampak langsung terhadap status gizi dalam konteks populasi yang diteliti. Disarankan kepada peneliti selanjutnya untuk memperluas kajian literatur pada setiap variabel yang diteliti guna memperkuat analisis, meningkatkan validitas hasil, serta mengidentifikasi celah penelitian sebelumnya sebagai dasar pengembangan studi yang lebih fokus dan inovatif.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustiningsih, N., Rohmi, F., & Rahayu, Y. E. (2020). Hubungan body image dengan harga diri pada remaja putri usia 16-18 tahun. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8(2), 109–115.
- Amri, S., Hasanah, N., Apulina, E., & Sembiring, B. (2025). HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN BODY IMAGE PADA REMAJA SISWI SMK SWASTA NAPSIAH STABAT KABUPATEN. *Indonesian Journal of Science*, 1(6), 1240–1246.
- Anam, N. A. S. K., Ayu, R. N. S., Wati, D. A., & Pratiwi, A. R. (2022). Hubungan Makanan Siap Saji (Fast Food) Dengan Kejadian Status Gizi Pada Remaja Smp Negeri 1 Gading Rejo Tahun 2021. *Journal of Holistic and Health Sciences*, 6(1), 47–52. <https://doi.org/10.51873/jhhs.v6i1.91>
- Aulya, Y., Kundaryanti, R., & Rena, A. (2021). Hubungan Usia Menarche dan Konsumsi Makanan Cepat Saji dengan Kejadian Dismenore Primer pada Siswi di Jakarta Tahun 2021. *Jurnal Menara Medika*, 4(1), 10–21.
- Azzumroh, E. Q., & Anwar, K. (2023). Hubungan Body Image Dan Kebiasaan Makan Dengan Status Gizi Pada Siswi Di Sman 26 Jakarta. 13(September), 330–337. <https://doi.org/10.14710/jnc.v13i4.41527>

- Banowati, L., Nugraheni, N., & Puruhita, N. (2011). Risiko Konsumsi Western Fast Food Dan Kebiasaan Tidak Makan Pagi Terhadap Obesitas Remaja Studi Di Sman 1 Cirebon. *Media Medika Indonesiana*, 45(2), 118-124–124.
- Bonita, I. A., & Fitranti, D. Y. (2017). Konsumsi Fast Food dan Aktivitas Fisik Sebagai Faktor Risiko Kejadian Overweight Pada Remaja Stunting SMP. *Journal of Nutrition College*, 6(Jilid 1), 52–60.
- Dewanti, R., Ishak, S., Rate, S., & Herman, H. (2023). Hubungan Pengetahuan Gizi Dengan Sikap Dalam Pemilihan Makanan Sehat Pada Remaja Di Area Pedesaan. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 13(2), 45–52. <https://doi.org/10.54444/jik.v13i2.135>
- Dwimawati, E. (2020). Gambaran Status Gizi berdasarkan Antropometri. *Jurnal Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*, 3(1), 1–6.
- Fahira, L., & Fadhilah, T. M. (2024). *Citra Tubuh dan Konsumsi Makanan Cepat Saji Dengan Status Gizi Lebih Pada Remaja Putri*. 7–15.
- Hidayati, R. W., & Puspitasari, E. (2024). Relationship between Self-Perception and Nutritional Status of Adolescent Girls. *Prodising Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat LPPM Universitas Aisyiyah Yogyakarta*, 2, 2157–2163.
- Kanah, P. (2020). Hubungan Pengetahuan Dan Pola Konsumsi Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Kesehatan. *Medical Technology and Public Health Journal*, 4(2), 203–211. <https://doi.org/10.33086/mtphj.v4i2.1199>
- Kartika, K. Y., Negara, I. K., & Wulandari, S. (2021). Hubungan Antara Body Image Dengan Pola Makan Remaja Putri Kelas XI di SMK PGRI 4 Denpasar. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, 5(2), 87–93.
- Kemendes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kemendagri Kesehatan RI*, 53(9), 1689–1699.
- Khatimah, N. H., Alkhair, & Avila, D. Z. (2023). Relationship between body image and breakfast on nutritional status. *Science Midwifery*, 11(1), 13–23. <https://doi.org/10.35335/midwifery.v7i1.1210>
- Margiyanti, N. J. (2021). Analisis Tingkat Pengetahuan, Body Image dan Pola Makan terhadap Status Gizi Remaja Putri. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 10(1), 231. <https://doi.org/10.36565/jab.v10i1.341>
- Marlina, Y., & Ernalina, Y. (2020). Hubungan Persepsi Body Image dengan Status Gizi Remaja Pada Siswa SMPN 8 di Pekanbaru. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 6(2), 183–187. <https://doi.org/10.25311/keskom.vol6.iss2.540>
- Muliyati, H., Ahmil, & Mandola, L. (2019). HUBUNGAN CITRA TUBUH , AKTIVITAS FISIK , DAN PENGETAHUAN GIZI SEIMBANG DENGAN STATUS GIZI REMAJA PUTRI. *CHMK Midwifery Scientific Journal*, 2(1), 22–32. citra tubuh, aktivitas fisik, pengetahuan gizi seimbang, status gizi
- Nugraeni, T. A. E., Nai, H. M. E., & Maria, R. F. (2023). The Relationship between the Pattern of Fast Food Consumption and the Frequency of Online Food Ordering with Central Obesity in High School Students in Yogyakarta. *Amerta Nutrition*, 7(3), 413–420. <https://doi.org/10.20473/amnt.v7i3.2023.413-420>

- Nurrahmah, A., & Fitriani, R. J. (2024). Hubungan Konsumsi Makanan Cepat Saji dan Buah Sayur Dengan Status Gizi Remaja di SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*, 9(3), 56–67.
- Ovita, A. N., Harmanti, N. M., & Amin, N. (2019). Hubungan Body Image dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Remaja Putri kelas VIII SMPN 20 Surabaya. *Sport and Nutrition Journal*, 1(1), 27–32.
- Putri, Ani, L. S., & Ariatuti, L. P. (2018). Persepsi Body Image Berhubungan Dengan Status Gizi Pada Pelajar Sma Negeri 1 Gianyar. *Medika, E-Jurnal*, 7(11), 1–5.
- Ramanda, R., Akbar, Z., & Wirasti, R. A. M. K. (2019). Studi Kepustakaan Mengenai Landasan Teori Body Image Bagi Perkembangan Remaja. *JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling*, 5(2), 121. <https://doi.org/10.22373/je.v5i2.5019>
- Ribeiro-Silva, R. de C., Fiaccone, R. L., Conceição-Machado, M. E. P. da, Ruiz, A. S., Barreto, M. L., & Santana, M. L. P. (2018). Body image dissatisfaction and dietary patterns according to nutritional status in adolescents. *Jornal de Pediatria*, 94(2), 155–161. <https://doi.org/10.1016/j.jped.2017.05.005>
- Saleh, A. J. (2020). Hubungan Konsumsi Makanan Cepat Saji dengan Status Gizi Siswa Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Ilmu Gizi Indonesia (JIGZI)*, 1(2), 10–14. <https://doi.org/10.57084/jigzi.v1i2.673>.
- Suaib, F., Lestari, R. S., Ipa, A., & Maghfirah, R. (2023). Tingkat Konsumsi Fast Food Dan Status Gizi Siswa Sekolah Menengah Pertama. *Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar*, 18(2), 213–218.
- Subardjo, R. Y. ., & Dewi, A. D. . (2021). *The Relationship Between Body Image, Anemic Status, and Nutritional Status in Adolescence*. 34(Ahms 2020), 280–284. <https://doi.org/10.2991/ahsr.k.210127.064>
- Tylka, T. L., & Wood-Barcalow, N. L. (2015). The body appreciation scale-2: Item refinement and psychometric evaluation. *Body Image*, 12(1), 53–67. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2014.09.006>
- Wahyuntari, E., & Ismarwati, I. (2020). Pembentukan kader kesehatan posyandu remaja Bokoharjo Prambanan. *Jurnal Inovasi Abdimas Kebidanan (Jiak)*, 1(1), 14–18. <https://doi.org/10.32536/jpma.v1i1.65>
- Wati, D. K., & Sumarmi, S. (2017). Citra Tubuh Pada Remaja Perempuan Gemuk Dan Tidak Gemuk: Studi Cross Sectional. *Amerta Nutrition*, 1(4), 398. <https://doi.org/10.20473/amnt.v1i4.7130>
- Yusinta, A. N., & Adriyanto, A. (2018). Hubungan Antara Perilaku Makan dan Citra Tubuh dengan Status Gizi Remaja Putri Usia 15-18 Tahun. *Amerta Nutrition*, 2(2), 147. <https://doi.org/10.20473/amnt.v2i2.2018.147-154>