

Hubungan Persepsi Body Image Dan Pola Makan Dengan Status Gizi Remaja Di Sma Negeri 15 Luwu

Nirwan¹, Nuraeni Semmagga², Suyati³, Rafika Sari⁴, Rafina⁵

^{1,2,3}S1 Keperawatan, ^{4,5}S1 Gizi STIKES Bhakti Pertiwi Luwu Raya, Palopo, Indonesia

Email: ¹nirwanpandawa5@gmail.com, ²nuraenisemmagga@stikesbhaktipertiwi.ac.id, ³suyasuyati@gmail.com,

⁴rafikasariannas16@gmail.com, ⁵rafina615@gmail.com

Email Penulis Korespondensi: ¹rafikasariannas16@gmail.com

Abstrak– Masalah gizi yang sering muncul pada remaja adalah obesitas dan gizi kurang. Status gizi remaja dapat dipengaruhi berbagai faktor, salah satunya adalah *body image*. *Body image* merupakan suatu sikap atau perasaan puas dan tidak puas yang dimiliki oleh seseorang terhadap tubuhnya. Remaja putri yang memiliki citra tubuh negatif sering terjebak dengan pola makan yang buruk, *Body image* yang buruk dapat berdampak pada kesehatan mental dan fisik remaja. Oleh karena itu, pendekatan holistik, termasuk edukasi gizi dan promosi *body positivity*, sangat diperlukan untuk mencegah dampak negatifnya terhadap status gizi remaja. Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan persepsi *body image* dan pola makan dengan status gizi remaja di SMA Negeri 15 Luwu. Jenis penelitian menggunakan metode observasional analitik dengan desain cross-sectional study. Populasi penelitian ini yaitu siswa/i kelas I dan II yang berjumlah 293 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah random sampling dengan jumlah sampel sebanyak 75 responden. Persepsi *body image* diukur menggunakan kuesioner BSQ, Pola makan diukur menggunakan FFQ, dan status gizi diukur menggunakan timbangan digital dan microtoise yang kemudian dihitung menggunakan rumus IMT. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat dengan menggunakan uji Chi-Square. Hasil penelitian menunjukkan nilai P-value = 0,00 < 0,05 yang berarti terdapat hubungan antara persepsi *body image* dan pola makan dengan status gizi remaja di SMA Negeri 15 Luwu.

Kata Kunci: Remaja, *Body image*, Pola makan, Status Gizi.

Abstract– Young women who have a negative body image are often trapped by poor eating patterns. This study aims to determine the relationship between perceived body image and eating patterns and the nutritional status. Nutritional problems that often arise in teenagers are obesity and malnutrition. Poor body image can affect the mental and physical health of adolescents. Therefore, a holistic approach, including nutrition education and the promotion of body positivity, is essential to prevent its negative impact on adolescents' nutritional status. Adolescent nutritional status can be influenced by various factors, one of which is body image. Body image is an attitude or feeling of satisfaction and dissatisfaction that a of adolescents at SMA Negeri 15Luwu. This type of research uses an analytical observational method with a cross-sectional study design. The population of this study was students in grades I and II, totaling 293 people. The sampling technique used was random sampling with a sample size of 75 respondents. Body image perception was measured using the BSQ questionnaire, eating patterns were measured using FFQ, and nutritional status was measured using digital scales and microtoise which was then calculated using the BMI formula. Data analysis was carried out univariate and bivariate using the Chi-Square test. The results of the research show that the P-value = 0.00 < 0.05, which means there is a relationship between perceived body image and eating patterns and the nutritional status of teenagers at SMA Negeri 15Luwu.

Keywords: Adolescents, Body image, Diet, Nutritional Status person has with his or her body

1. PENDAHULUAN

Remaja merupakan satu periode dalam siklus kehidupan manusia yang mengalami percepatan pertumbuhan menuju dewasa sehingga sangat memerlukan kebutuhan zat gizi yang optimal. Selain itu perubahan gaya hidup juga turut berpengaruh terhadap status gizi remaja [1]. Perubahan fisik juga dapat menimbulkan dampak pada psikologis pada remaja, dimana remaja akan lebih memperhatikan bentuk tubuh khususnya pada remaja putri, sehingga ada kecenderungan untuk membatasi asupan makanan agar berat badan tidak berlebih [2]. Pada umumnya remaja putri menginginkan bentuk tubuh yang tinggi dan langsing dengan tidak memperhatikan kaidah gizi dan kesehatan. Penelitian terbaru menyoroti pentingnya citra tubuh (*body image*) dalam mempengaruhi status gizi remaja putri. Ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh seringkali mendorong remaja putri untuk menerapkan perilaku diet ketat yang tidak sehat, yang dapat berdampak negatif pada status gizi mereka. Studi oleh [3] menemukan bahwa terdapat hubungan signifikan antara *body image* dengan status gizi; semakin tinggi ketidakpuasan terhadap citra tubuh, semakin besar kemungkinan remaja mengalami status gizi tidak normal, seperti overweight. Selain itu, penelitian oleh [4] menunjukkan bahwa hampir setengah dari remaja putri memiliki *body image* negatif, dan sebagian besar dari mereka



memiliki aktivitas fisik ringan. Studi ini juga menemukan hubungan antara body image dan status gizi, di mana persepsi negatif terhadap tubuh berkontribusi pada status gizi yang tidak ideal.

Remaja putri yang melakukan diet ketat biasanya menyebabkan remaja kurang mendapatkan makanan seimbang dan bergizi, mengkonsumsi obat pelangsing, minum jamu dan sebagainya. Upaya tersebut dapat berakibat pada penurunan status gizi bila tidak melakukan diet dengan benar dimana asupan energi dan zat gizi kurang dari Angka Kecukupan Gizi (AKG) yang sudah dianjurkan [5].

Status gizi remaja dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor. Salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi remaja adalah *body image*. *Body image* dapat terjadi pada remaja pasca pubertas karena akibat perubahan bentuk dan berat badannya sehingga menyebabkan remaja tidak puas dengan postur tubuh yang dimiliki meskipun normal atau bahkan kekurangan berat badan [6]. Kontribusi status Gizi yang baik sangat penting bagi remaja adalah untuk pertumbuhan dan perkembangan remaja, termasuk kesehatan tulang dan gigi [7]

Masalah gizi yang paling sering muncul pada remaja adalah obesitas dan gizi kurang. Gizi kurang akibat mengejar *body goal* dengan diet yang tidak tepat. Persepsi mengenai tubuhnya akan dinamis seiring dengan lingkungan yang ia rasakan. Hal ini dapat memicu para remaja untuk memodifikasi makanan maupun waktu makan yang tidak tepat, mengkonsumsi makanan secara berlebihan dan tidak seimbang untuk mendapatkan bentuk badan yang diinginkan dan juga menunda-nunda makan karena badan yang sudah terlihat gemuk kelebihan asupan gizi yang dapat menyebabkan obesitas [8].

Berdasarkan laporan Riskesdas 2013 prevalensi kurus pada remaja umur 16-18 tahun secara nasional sebesar 9,4 persen (1,9% sangat kurus dan 7,5% kurus) [9]. Sedangkan hasil laporan Riskesdas 2018, prevalensi Status Gizi pada Remaja Umur 16 - 18 Tahun menurut Provinsi di Sulawesi selatan yaitu kurus sebanyak 8,0% dan obesitas sebanyak 2,7% [10]. Pada laporan SKI 2023 [11], prevalensi Status Gizi (IMT/U) pada Umur 16 - 18 tahun menurut Provinsi Sulawesi Selatan yaitu kurus sebanyak 9,9% dan obesitas sebanyak 4,1%. Berdasarkan data-data tersebut terkait masalah gizi remaja masih perlu untuk menjadi perhatian.

Masalah gizi yang paling sering muncul pada remaja adalah obesitas dan gizi kurang. Gizi kurang akibat mengejar *body goal* dengan diet yang tidak tepat. Persepsi mengenai tubuhnya akan dinamis seiring dengan lingkungan yang ia rasakan. Hal ini dapat memicu para remaja untuk memodifikasi makanan maupun waktu makan yang tidak tepat, mengkonsumsi makanan secara berlebihan dan tidak seimbang untuk mendapatkan bentuk badan yang diinginkan dan juga menunda-nunda makan karena badan yang sudah terlihat gemuk kelebihan asupan gizi yang dapat menyebabkan obesitas [12].

Obesitas pada remaja umumnya dikarenakan remaja memiliki rasa ingin mencoba makanan siap saji kekinian yang tinggi akan gula dan garam dengan penampilan yang menarik. Makanan yang tinggi gula garam dapat memicu obesitas, dan obesitas ini dapat memicu penyakit-penyakit degeneratif lebih cepat terjadi. Pada remaja putri, obesitas dapat menimbulkan konsekuensi seperti diskriminasi dari teman-teman, terbatas dalam melakukan sosialisasi, menilai negatif diri sendiri, serta dapat mengakibatkan depresi. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pada perumusan kebijakan yang lebih baik, dengan peningkatan upaya promotif dan preventif untuk meningkatkan kewaspadaan pada masyarakat tentang kekurangan dan kelebihan status gizi. Hal ini dapat dilakukan dengan menjalankan pos pembinaan terpadu yang mencakup kegiatan seperti pengukuran IMT, demo gizi seimbang untuk pola makan yang sehat, konseling kesehatan dan aktivitas olahraga. Penting juga memberikan penyediaan sarana informasi yang mudah diakses siswa/i seperti leaflet dan poster status gizi dan pola makan yang baik khususnya persepsi *body image* dan pola makan dengan status gizi remaja di SMA Negeri 15 Luwu.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait dengan hubungan persepsi *body image* dan pola makan dengan status gizi remaja di SMA Negeri 15 Luwu. Selain itu penelitian ini diharapkan mampu mendeskripsikan karakteristik dan persepsi remaja tentang *body image* serta pola makan untuk mengetahui hubungannya dengan status gizi.

2. METODOLOGI PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian observasional analitik dengan desain *cross-sectional study* yaitu suatu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor-faktor resiko dengan efek, dengan cara pendekatan observasi atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat. Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 15 Luwu Kec. Ponrang, Kab. Luwu yang dilaksanakan pada bulan Juni tahun 2024 sebanyak 293 siswa (i) remaja putra dan putra.

Data primer dalam penelitian ini diperoleh secara langsung dari sumbernya. Data primer yang akan diteliti seperti *body image*, pola makan dan status gizi. Data primer yang digunakan Pada variabel *body image* adalah dengan membagikan kuesioner *Body Shape Questionnaire* (BSQ) kepada responden. Kuesioner BSQ merupakan kuesioner laporan diri yang dikembangkan untuk mengukur persepsi mengenai bentuk tubuh dan penampilan individu atau kelompok populasi normal ataupun klinis [13]. Adapun data primer yang digunakan Pada variabel pola makan adalah dengan membagikan kuesioner *Food Frequency Questionnaire* (FFQ) yang merupakan sebuah kuesioner dengan memberikan gambaran konsumsi energi dan zat gizi lainnya dalam bentuk frekuensi konsumsi seseorang. Frekuensi



tersebut antara lain harian, mingguan, bulanan, dan tahunan yang kemudian dikonversikan menjadi konsumsi per hari. Sedangkan data primer yang digunakan pada variabel status gizi adalah hasil pengukuran antropometri yaitu berat badan dan tinggi badan responden.

Data primer dalam penelitian ini diperoleh secara langsung dari sumbernya. Data primer adalah data yang berkaitan dengan variabel yang akan diteliti seperti *body image*, pola makan dan status gizi. Data primer yang digunakan Pada variabel *body image* adalah dengan membagikan kuesioner *Body Shape Questionnaire* (BSQ) kepada responden. Kuesioner BSQ merupakan kuesioner laporan diri yang dikembangkan untuk mengukur persepsi mengenai bentuk tubuh dan penampilan individu atau kelompok populasi normal ataupun klinis [13]. Adapun data primer yang digunakan Pada variabel pola makan adalah dengan membagikan kuesioner *Food Frequency Questionnaire* (FFQ) yang merupakan sebuah kuesioner dengan memberikan gambaran konsumsi energi dan zat gizi lainnya dalam bentuk frekuensi konsumsi seseorang. Frekuensi tersebut antara lain harian, mingguan, bulanan, dan tahunan yang kemudian dikonversikan menjadi konsumsi per hari. Sedangkan data primer yang digunakan pada variabel status gizi adalah data hasil pengukuran antropometri yaitu berat badan dan tinggi badan responden.

Data selkulndelr dalam pelnellitian ini yaitul dipelrolelh dari data julmlah siswa yang diambil dari SMA Nelgelri 15 lulwul pada saat pelngambilan data awal.

Adapun analisa data dari penelitian ini adalah :

1. Analisis univariat

Analisis univariat adalah untuk menyajikan dan mendeskripsikan karakteristik variabel yang diteliti, yaitu karakteristik responden seperti umur, jenis kelamin dan kelas, variabel *body image*, dan variabel status gizi. Data yang diperoleh disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi.

2. Analisis bivariate

Analisis bivariat digunakan untuk menjelaskan hubungan dua variabel yaitu antara variabel bebas dengan variabel terikat. Data dalam penelitian merupakan data kategorik sehingga digunakan uji statistik berupa uji Chi-Square untuk menguji hipotesis secara statistik. Jika P-Value < 0,05, maka terdapat hubungan yang bermakna secara statistik

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil pengolahan data yang dilakukan, maka hasil penelitian dapat disajikan sebagai berikut :

1. Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan umur dan Jenis Kelamin di SMA Negeri 15 LUWU

Status gizi	N	%
Kurang	19	25,3
Normal	36	48,0
Lebih	7	9,3
Obesitas	13	17,3
Body image		
Negatif	11	14,7
Positif	64	85,3
Pola makan		
Baik	5	6,7
Cukup	32	42,7
Kurang	3	4,0
Sangat kurang	35	46,7
Jumlah	75	100

Sumber : Data Primer 2024

Berdasarkan tabel Karakteristik siswa/I SMA Negeri 15 luwu berdasarkan umur menunjukkan bahwa dari 75 siswa/i yang diteliti ada sebanyak 23 siswa laki-laki dan 52 siswi Perempuan dengan total 75 siswa/i dengan jumlah yang berumur 16 tahun, sebanyak 20 siswa/i (26,7%) dan yang berumur 17 tahun sebanyak 55 siswa/i (73,3%).



2. Analisis univariat

Tabel 2. Distribusi kategori status gizi berdasarkan indeks massa tubuh, body image dan pola makan siswa/i SMA Negeri 15 luwu

Status gizi	N	%
Kurang	19	25,3
Normal	36	48,0
Lebih	7	9,3
Obesitas	13	17,3
Body image		
Negatif	11	14,7
Positif	64	85,3
Pola makan		
Baik	5	6,7
Cukup	32	42,7
Kurang	3	4,0
Sangat kurang	35	46,7
Jumlah	75	100

Sumber : Data Primer

Berdasarkan tabel Distribusi kategori status gizi berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT) siswa/i SMA Negeri 15 luwu diatas menunjukkan bahwa dari 75 siswa/i yang diteliti ada sebanyak 19 siswa/i (25,3%) gizi kurang, 36 siswa/i (48,0%) gizi normal, 7 siswa/i (9,3%) gizi lebih dan sebanyak 13 siswa/i (17,3%) obesitas. Berdasarkan tabel tersebut, status gizi siswa/i terbanyak adalah normal. Distribusi Responden Berdasarkan persepsi *body image* remaja di SMA Negeri 15 Luwu dapat dilihat bahwa dari 75 siswa/i yang diteliti ada sebanyak 11 siswa/i (14,7%) *body image* negatif dan 64 siswa/i (85,3%) *body image* positif. Berdasarkan tabel tersebut persepsi *body image* terbanyak adalah positif. dari 75 siswa/i yang diteliti ada sebanyak 5 siswa/i (6,7%) baik, 32 siswa/i (42,7%) cukup, 3 (4,0%) kurang, dan 35 siswa/i (46,7%) sangat kurang. Berdasarkan tabel di atas, kategori pola makan berdasarkan FFQ terbanyak adalah sangat kurang .

3. Analisis Bivariat

Tabel 3. Distribusi analisis hubungan persepsi *body image* dan pola makan dengan status gizi remaja

<i>Body image</i>	Status gizi								Jumlah		P value
	Kurang		Normal		Lebih		Obesitas		(N)	(%)	
	(N)	(%)	(N)	(%)	(N)	(%)	(N)	(%)	(N)	(%)	
Negatif	1	1,3	15	20	7	9,3	13	17,3	36	48	0,00
Positif	18	24	21	28	0	0	0	0	39	52	
Total	19	25,3	36	48	7	9,3	13	17,3	75	100	
Pola makan											
Baik	0	0	5	6,7	0	0	0	0	5	6,7	0,00
Cukup	0	0	29	38,7	1	1,3	2	2,7	32	42,7	
Kurang	0	0	0	0	1	1,3	1	1,3	2	2,7	
Sangat kurang	18	24	2	2,7	5	6,7	10	13,3	35	46,7	
Total	18	24	36	48,1	7	9,3	13	17,3	75	100	

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa analisis data mengenai hubungan persepsi *body image* dengan status gizi remaja di SMA Negeri 15 Luwu, *body image* negatif yang mengalami status gizi kurang sebanyak 1 siswa (1,3%), *body image* negatif yang mengalami status gizi normal sebanyak 15 siswa/i (20%), *body image* negatif yang mengalami status gizi lebih sebanyak 7 siswa/i (9,3%), *body image* negatif yang mengalami obesitas sebanyak 13 siswa/i (17,3%).



body image positif yang mengalami status gizi kurang sebanyak 18 siswa/i (24%). hal ini dikarenakan siswa/i merasa puas dengan bentuk tubuhnya saat ini dan adanya kepercayaan menganggap bentuk tubuhnya ideal padahal status gizinya kurang, *body image* positif yang mengalami status gizi normal sebanyak 21 siswa/i (28%), dan tidak ada responden *body image* positif yang mengalami status gizi lebih dan obesitas. Berdasarkan Uji Chi Square didapat nilai $p\text{-value} = 0,00$ oleh karena itu $p < 0,05$ yang berarti terdapat hubungan antara persepsi *body image* dengan status gizi remaja SMA Negeri 15 Luwu.

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa analisis data mengenai Hubungan pola makan dengan status gizi remaja di SMA Negeri 15 Luwu, pola makan baik yang mengalami status gizi kurang sebanyak 0 siswa/i, pola makan baik yang mengalami status gizi normal sebanyak 5 siswa/i (6,7%), pola makan baik yang mengalami status gizi lebih dan obesitas sebanyak 0 siswa/i, pola makan cukup yang mengalami status gizi kurang sebanyak 0 siswa/i, pola makan cukup yang mengalami status gizi normal sebanyak 29 siswa/i (38,7%), pola makan cukup yang mengalami status gizi lebih sebanyak 1 siswa (1,3%), pola makan cukup yang mengalami obesitas sebanyak 2 siswa/i (2,7%), pola makan kurang yang mengalami status gizi normal dan kurang sebanyak 0 siswa/i, pola makan kurang yang mengalami status gizi lebih sebanyak 1 siswa (1,3%), pola makan kurang yang mengalami obesitas sebanyak 1 siswa (1,3%). hal ini dikarenakan adanya keinginan untuk memiliki tubuh yang langsing dengan melakukan diet ketat dengan tidak memperhatikan pola makan yang baik. pola makan sangat kurang yang mengalami status gizi kurang sebanyak 18 siswa/i (24%), pola makan sangat kurang yang mengalami status gizi normal sebanyak 2 siswa/i (2,7%), pola makan sangat kurang yang mengalami status gizi lebih sebanyak 5 siswa/i (6,7%), dan pola makan sangat kurang yang mengalami obesitas sebanyak 10 siswa/i (13,3%) hal ini juga dikarenakan adanya keinginan untuk memiliki tubuh yang langsing dengan melakukan diet ketat dengan tidak memperhatikan pola makan yang baik. Berdasarkan Uji Chi Square didapat nilai $p\text{-value} = 0,00$ ($p < 0,05$) yang berarti terdapat hubungan antara pola makan dengan status gizi remaja di SMA Negeri 15 Luwu.

Ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh seringkali dijumpai pada remaja putri, dengan begitu remaja putri akan menerapkan perilaku yang tidak tepat untuk mencapai tubuh yang ideal dengan melakukan diet yang ketat sehingga akan menimbulkan dampak negatif pada status gizi. *body image* yang dimiliki oleh seorang remaja dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti media televisi, majalah hingga internet yang memperlihatkan ikon-ikon pria yang berotot, badan yang tegap dan berisi serta ikon wanita yang memiliki body yang tinggi, putih, mulus, kurus sehingga tidak jarang terdapat beberapa remaja yang melakukan berbagai macam cara untuk mencapai tubuh yang ideal yang diinginkan seperti melalui diet ketat, olahraga yang berlebihan hingga sedot lemak (Rombe, 2014). *body image* merupakan hal yang sangat penting oleh remaja yang lebih memperhatikan penampilan fisik (Bimantara, Adriani dan Suminar, 2019). keinginan dan impian remaja adalah memiliki tubuh yang ideal, langsing dan sehat. Hal ini mengakibatkan semakin negatif penilaian terhadap bentuk tubuh maka semakin rendah pula rasa kepuasan terhadap tubuh dan dapat menimbulkan rasa tidak terima akan ukuran dan bentuk tubuh yang dimiliki. Begitupun sebaliknya, semakin positif penilaian terhadap bentuk tubuh maka semakin tinggi rasa kepuasan terhadap tubuh serta menerima ukuran dan bentuk tubuh yang dimiliki.

Berdasarkan Uji Chi Square didapat nilai $p\text{-value} = 0,00$ oleh karena itu $p < 0,05$ yang berarti terdapat hubungan antara persepsi *body image* dengan status gizi remaja SMA Negeri 15 Luwu, yaitu *body image* negatif yang mengalami status gizi kurang sebanyak 1 siswa (1,3%), *body image* negatif yang mengalami status gizi normal sebanyak 15 siswa/i (20%), *body image* negatif yang mengalami status gizi lebih sebanyak 7 siswa/i (9,3%), *body image* negatif yang mengalami obesitas sebanyak 13 siswa/i (17,3%). *body image* positif yang mengalami status gizi kurang sebanyak 18 siswa/i (24%)

penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh [14] di Surabaya yang menunjukkan hasil 26% responden memiliki *body image* yang negatif dan sebanyak 74% responden memiliki *body image* yang positif. penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan Putri, Ani dan Ariastuti, (2018) di Gianyar menunjukkan hasil 33,7% responden memiliki *body image* negatif dan sebanyak 66,3% responden memiliki *body image* yang positif. Selain itu, hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian R[1]di Jakarta Timur yang menunjukkan hasil sebanyak 52,9% responden memiliki *body image* yang puas terhadap bentuk tubuhnya dan 47,1% responden memiliki *body image* yang tidak puas terhadap bentuk tubuhnya.

Pola makan sehari-hari merupakan pola makan seseorang yang berhubungan dengan kebiasaan makan setiap hari. konsumsi makanan merupakan susunan makanan yang biasa dimakan meliputi jenis dan jumlah bahan makanan yang dikonsumsi seseorang atau kelompok orang/ penduduk dalam frekuensi dan kurun waktu tertentu [14] Menurut Pedoman Gizi seimbang pola makan yang baik hanya tercapai jika status gizi baik, yaitu pola makan yang didasarkan atas prinsip menu seimbang dan sehat zat gizi terpenuhi bukan hanya karbohidrat saja tetapi protein, vitamin dan mineral. Menurut Menurut Arisman (2012), pola makan yang tidak sehat akan mempengaruhi dan berdampak negatif terhadap tubuh, salah satu faktor yang dapat menyebabkan status gizi kurang dan status gizi lebih pada usia muda adalah faktor pola makan yang mengandung tinggi gula, lemak, garam, makanan siap saji, dan kurang mengkonsumsi serat khususnya yang berasal dari buah dan sayuran.

Berdasarkan hasil Uji Chi Square didapat nilai $p\text{-value} = 0,00$ ($p < 0,05$) yang berarti terdapat hubungan antara pola makan dengan status gizi remaja di SMA Negeri 15 Luwu, yaitu pola makan baik yang mengalami status gizi kurang



sebanyak 0 siswa/i, pola makan baik yang mengalami status gizi normal sebanyak 5 siswa/i (6,7%), pola makan baik yang mengalami status gizi lebih dan obesitas sebanyak 0 siswa/i, pola makan cukup yang mengalami status gizi kurang sebanyak 0 siswa/i, pola makan cukup yang mengalami status gizi normal sebanyak 29 siswa/i (38,7%), pola makan cukup yang mengalami status gizi lebih sebanyak 1 siswa (1,3%), pola makan cukup yang mengalami obesitas sebanyak 2 siswa/i (2,7%), pola makan kurang yang mengalami status gizi normal dan kurang sebanyak 0 siswa/i, pola makan kurang yang mengalami status gizi lebih sebanyak 1 siswa (1,3%), pola makan kurang yang mengalami obesitas sebanyak 1 siswa (1,3%)

Pelnellitian ini seljalan delngan pelnellitian [15] delngan Hasil analisis ulji statistik dipelroleh p valulel 0,032 melnunjulkkan bahwa telrdapat hulbulungan pola makan delngan statuls gizi dimana pola makan baik celndelrulg melmiliki statuls gizi normal (74,7%). Seldangkan relspondeln yang melmiliki pola makan kulrang belrpellulang lebih belsar melmiliki statuls gizi kulruls (27,9%). Pelnellitian ini julga seljalan delngan pelnellitian tri buldi rahayul dan fitriana delngan hasil yang dipelroleh p valulel 0,000 melnunjulkkan bahwa telrdapat hulbulungan antara pola makan delngan statuls gizi relmaja pultri.

4. KESIMPULAN

Belrdasarkan pelnellitian yang dilakukan pada bullan julni s/d julli tahun 2024 di SMA Nelgelri 15 Lulwul delngan juldull hulbulungan pelrselpsi body imagel dan pola makan delngan statuls gizi relmaja di SMA Nelgelri 15 Lulwul, yang hasil pelnellitian didapatkan dari 75 relspondeln maka dapat ditarik kelsimpullan selbagai Terdapat hubungan antara persepsi *body image* dengan status gizi remaja SMA Negeri 15 Luwu Hasil Uji Chi Square didapat nilai p-value = 0,00 oleh karena itu $p < 0,05$, yaitu *body image* negatif yang mengalami status gizi kurang sebanyak 1 siswa (1,3%), *body image* negatif yang mengalami status gizi normal sebanyak 15 siswa/i (20%), *body image* negatif yang mengalami status gizi lebih sebanyak 7 siswa/i (9,3%), *body image* negatif yang mengalami obesitas sebanyak 13 siswa/i (17,3%). *body image* positif yang mengalami status gizi kurang sebanyak 18 siswa/i (24%). Terdapat hubungan antara pola makan dengan status gizi remaja di SMA Negeri 15 Luwu Berdasarkan hasil Uji Chi Square didapat nilai p-value = 0,00 ($p < 0,05$), yaitu pola makan baik yang mengalami status gizi kurang sebanyak 0 siswa/i, pola makan baik yang mengalami status gizi normal sebanyak 5 siswa/i (6,7%), pola makan baik yang mengalami status gizi lebih dan obesitas sebanyak 0 siswa/i, pola makan cukup yang mengalami status gizi kurang sebanyak 0 siswa/i, pola makan cukup yang mengalami status gizi normal sebanyak 29 siswa/i (38,7%), pola makan cukup yang mengalami status gizi lebih sebanyak 1 siswa (1,3%), pola makan cukup yang mengalami obesitas sebanyak 2 siswa/i (2,7%), pola makan kurang yang mengalami status gizi normal dan kurang sebanyak 0 siswa/i, pola makan kurang yang mengalami status gizi lebih sebanyak 1 siswa (1,3%), pola makan kurang yang mengalami obesitas sebanyak 1 siswa (1,3%).

REFERENCES

- [1] T. S. B. Hadi and C. Darujati, "Analisis dan Implementasi Toko Online From. Munch: Studi Kasus Pengembangan Platform E-Commerce," *DIKE: Jurnal Ilmu Multidisiplin*, vol. 1, no. 2, pp. 49–52, 2023.
- [2] M. H. Mahendra, D. T. Murdiansyah, and K. M. Lhaksana, "Analisis Sentimen Tweet COVID-19 menggunakan K-Nearest Neighbors dengan TF-IDF dan Ekstraksi Fitur CountVectorizer," *DIKE: Jurnal Ilmu Multidisiplin*, vol. 1, no. 2, pp. 37–43, 2023.
- [3] C. Sianipar and R. Ambarita, "Analisis dan Eksperimental Performasi Kompresi Uap 2 Tingkat dengan Variasi 4 Siklus," *Jurnal Kolaborasi Sains dan Ilmu Terapan*.
- [4] K. Tresia anatasya, Rikki Purba, "Kajian Jarak Aman Antara Arrival Traffic dan Departure Traffic Pada Unit Aerodrome Control Tower di Perum LPPNPI Kantor Cabang Medan," *Jurnal Kolaborasi Sains dan Ilmu Terapan*, vol. 1, no. 1, pp. 15–18.
- [5] N. Harnita, "Karakterisasi Metabolit Sekunder Ekstrak N-Heksana dari Daun Sirsak (*Annona muricata* L)," *Jurnal Kolaborasi Sains dan Ilmu Terapan*, vol. 2, 2023.
- [6] I. Herawati and Y. Widiastuti, "ANALISIS FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PRESTASI BELAJAR AKUNTANSI," *JABE*, vol. 1, no. 3, Sep. 2016, doi: 10.26675/jabe.v1i3.6028.
- [7] A. R. Alamsyah, J. Jessen, J. Kharisma, R. Anggraini, and S. S. Muliati, "Analisa Penerapan Sistem Manajemen Operasional Pada PT. Unilever Tbk.," *JEAMA*, vol. 1, no. 2, pp. 72–79, Feb. 2023, doi: 10.55338/jeama.v1i2.20.
- [8] K. Y. Saragih, "Tindakan Proaktif Perbankan dalam Mengatasi Kredit Macet," vol. 2, 2023.
- [9] M. Sitorus, K. Nizar, and S. Dewi, "Pengaruh Pelatihan Dan Penerapan Sistem Keselamatan Dan Kesehatan Kerja (K3) Terhadap Produktivitas Kerja Karyawan PT. Dwitunggal Jayalestari Medan," *JEAMA*, vol. 2, no. 1, pp. 29–35, Aug. 2023, doi: 10.55338/jeama.v2i1.59.
- [10] W. Walipah and N. Naim, "Pengaruh Karakteristik Wirausaha, Inovasi Produk Terhadap Keberhasilan Usaha," *JEAMA*, vol. 2, no. 1, pp. 43–48, Aug. 2023, doi: 10.55338/jeama.v2i1.61.



- [11] E. Panggabean and J. R. Sagala, “Analisa Perbandingan Metode Jaringan Syaraf Tiruan Dengan Metode Sistem Pendukung Keputusan Untuk Penerimaan Tenaga Kerja,” *JUMIN*, vol. 2, no. 2, pp. 41–44, Jun. 2021, doi: 10.55338/jumin.v2i2.697.
- [12] R. I. Syahfitri, “Analisis Genomik dalam Identifikasi Pola Respon Terapi Kanker Payudara: Pendekatan Personalisasi dalam Pengobatan Kanker,” vol. 1, no. 1, 2024.
- [13] D. Saraswati, “Inovasi Pelayanan Kesehatan: Deteksi Dini Penyakit Jantung Koroner melalui Posbindu PTM,” *Jurnal Kesehatan dan Kebidanan Nusantara (JKN)*, vol. 2, no. 1, 2024, [Online]. Available: <https://loddosinstitute.org/journal/index.php/JKN/article/view/81>
- [14] P. Simanjuntak Richard and M. Sijabat Ramson, Rikson, “Meningkatkan Keamanan Siber dalam Lingkungan Internet of Things (IoT) dengan Menggunakan Sistem Deteksi Intrusi Berbasis Pembelajaran Mesin,” *DIKE: Jurnal Ilmu Multidisiplin*, vol. 2, no. 2, pp. 62–68, 2024.
- [15] M. Ahmad and M. Yamin, “Edukasi Tentang Stunting Pada Balita Dalam Rangka Peningkatan Pengetahuan Pada Ibu di Desa Tetewatu,” 2023.