

HUBUNGAN *BODY IMAGE* DAN KECENDERUNGAN *EATING DISORDER* DENGAN STATUS GIZI PADA REMAJA PUTRI SABILURRASYAD

Relationship between Body Image and Eating Disorders Tendency with Nutritional Status Adolescent Girls at Sabilurrasyad Boarding School Kendal

Tiara Zulfa

Program Studi Gizi, Jurusan Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang, Semarang, Indonesia

*Email: tiarazulfa31@students.unnes.ac.id

ABSTRAK

Masa transisi yang terjadi pada remaja, terutama remaja putri yang di dalamnya meliputi perkembangan fisik, seksual, psikologis dan sosial mendorong remaja untuk mempersepsikan *body image*nya sendiri. Hal ini memicu remaja memiliki asupan makan buruk yang mengarah pada *eating disorder*. Asupan makan yang buruk akan berdampak pada status gizi remaja yang mana akan mengganggu proses pertumbuhan dan perkembangan remaja. *Islamic boarding school* dengan sistem *full day school* dan tanpa pengawasan orang tua menjadi rentan untuk remaja memiliki status gizi yang tidak optimal. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan *body image* dan kecenderungan *eating disorder* dengan status gizi pada remaja putri Sabilurrasyad *Islamic Boarding School* Kendal. Jenis penelitian ini yaitu analitik observasional dengan desain *cross sectional*. Variabel terikat pada penelitian ini yaitu status gizi, sedangkan variabel bebas terdiri dari *body image* dan kecenderungan *eating disorder*. Sampel pada penelitian berjumlah 85 responden dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling*. Data dianalisis menggunakan uji *Chi-Square*. Instrumen pada penelitian ini menggunakan kuesioner yang terdiri dari kuesioner BSQ-16 dan EDE-Q. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *body image* dan kecenderungan *eating disorder* dengan status gizi remaja putri ($p=0,001$, $PR=4,0$; $p=0,011$, $PR=2,1$).

Kata Kunci: *Body Image, Eating Disorder, Remaja, Status Gizi*

ABSTRACT

The transition period that occurs in adolescents, especially adolescent girls, which includes physical, sexual, psychological and social development, encourages adolescents to perceive their own *body image*. This triggers adolescents to have poor food intake which leads to *eating disorders*. Poor food intake will have an impact on the nutritional status of adolescents which will interfere with the process of adolescent growth and development. *Islamic boarding schools* with a *full day school* system and without parental supervision are vulnerable to adolescents having non-optimal nutritional status. The purpose of this study was to analyze the relationship between *body image* and risk of *eating disorders* with nutritional status of female adolescents at Sabilurrasyad *Islamic Boarding School* Kendal. This type of research is observational analytic with a *cross sectional* design. The dependent variable in this study is nutritional status, while the independent variables consist of *body image* and *eating disorder* tendencies. The sample in the study amounted to 85 respondents with the sampling technique using *simple random sampling*. Data were analyzed using the *Chi-Square* test. The instrument in this study used a questionnaire consisting of the BSQ-16 and EDE-Q questionnaires. The results showed that there is a significant relationship between *body image* and risk of *eating disorder* with nutritional status of adolescent girls ($p=0,001$, $PR=4,0$; $p=0,011$, $PR=2,1$).

Keywords: *Body Image, Eating Disorder, Adolescents, Nutritional Status*

PENDAHULUAN

Remaja atau biasa disebut *adolescence* merupakan masa transisi dari anak-anak menuju dewasa. Transisi yang terjadi pada remaja bukan hanya melibatkan perkembangan fisik dan seksualnya saja, melainkan juga psikologis dan sosial yang dramatis terjadi pada saat yang bersamaan (Veronika et al., 2021). Remaja putri cenderung lebih cepat mengalami pertumbuhan dan perkembangan di berbagai aspek dibandingkan dengan remaja putra. Hal ini dipengaruhi oleh keadaan tubuh yang memerlukan persiapan menjelang usia reproduksi seperti menstruasi dan kehamilan. Pada dasarnya, perkembangan pola identifikasi pada remaja paling besar pengaruhnya berasal dari teman-teman sebayanya (Setyawati & Setyowati, 2015). Remaja mulai timbul ketertarikan yang tinggi pada lawan jenis, sehingga mendorong dirinya untuk memperhatikan bentuk tubuh dan mempersepsikan *body imagenya* sendiri. *Body image* (citra tubuh) merupakan imajinasi subyektif seseorang mengenai bentuk tubuh yang seringkali berkaitan dengan penampilan dan penilaian orang lain. *Body image* terbagi menjadi dua yaitu *body image* positif dan *body image* negatif. Seseorang dengan *body image* positif cenderung merasa puas akan bentuk tubuh, penampilan maupun berat badannya, begitupun sebaliknya pada mereka yang memiliki *body image* negatif cenderung merasa tidak puas akan bentuk tubuh, penampilan maupun berat badannya (Nyoman et al., 2021).

Upaya mengurangi berat badan kerap dilakukan remaja dengan *body image* negatif tujuannya untuk

menunjang penampilannya dengan cara membatasi jumlah dan frekuensi makan, bahkan ada yang sampai memuntahkan makanan yang sudah dimakannya. Dampaknya jika terus-menerus terjadi dalam waktu yang lama akan mengalami gangguan kesehatan seperti anemia dan kekurangan zat gizi mikro lainnya yang dapat menghambat proses pertumbuhan dan perkembangan serta proses reproduksi pada remaja putri (Nomate et al., 2017). Masalah gizi remaja putri terkait diet yang ketat dan perilaku makan buruk akan mengarah pada terjadinya *eating disorder* (gangguan makan). *Eating disorder* dapat diartikan sebagai gangguan perilaku makan yang mengakibatkan perubahan konsumsi seseorang atau perubahan penyerapan makanan dalam tubuh hingga mengganggu kesehatan dan fungsi psikososial individu. Berdasarkan *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 4th Edition* (DSM-IV), *eating disorder* memiliki tiga klasifikasi yaitu *anorexia nervosa*, *bulimia nervosa*, dan *binge-eating disorder* (Permanasari, 2022).

Remaja merupakan kelompok yang rentan mengalami *eating disorder*, meskipun pada dasarnya *eating disorder* dapat terjadi pada semua kelompok usia. Salah satu faktor yang menyebabkan remaja menjadi rentan yaitu masa pubertas. Pada masa pubertas, individu mengalami perubahan fisik yang cenderung ekstrim meliputi bentuk tubuh, tinggi badan, berat badan, serta karakteristik seksual lainnya. Tidak hanya fisik, remaja juga mengalami perkembangan kognitif yang kemudian menjadikan mereka lebih sadar tentang bagaimana mereka dilihat ataupun

dinilai oleh orang lain (Santrock, 2019). Standar-standar kecantikan yang diciptakan oleh masyarakat yaitu kurus menjadi sesuatu hal yang diinginkan oleh remaja dan banyak dikendalikan oleh teman sebaya, keluarga, dan media (Setyawati & Setyawati, 2015). Teman sebaya menjadi pengaruh yang paling berkontribusi pada remaja yang tinggal di asrama (*boarding school*) karena kelompok remaja ini cenderung memiliki akses yang kurang akan media dan seluruhnya tidak tinggal dengan keluarganya (Noviasty et al., 2020).

Penelitian oleh Galmiche et al. (2019) menyebutkan bahwa prevalensi *eating disorder* meningkat secara global, dari angka 3,5% pada tahun 2000-2006 menjadi 7,8% pada tahun 2013-2018. Di Indonesia sendiri belum terdapat survei nasional terkait prevalensi *eating disorder*. Penelitian yang dilakukan pada lima negara ASEAN menunjukkan prevalensi 11,5% pada 3.148 remaja dan Indonesia memiliki prevalensi *eating disorder* sebesar 7,4% (Pengpid and Peltzer, 2018). Pada studi pendahuluan penelitian oleh Permanasari (2022) pada 117 remaja menunjukkan remaja dengan kecenderungan *eating disorder* sebesar 39,3% yang mayoritasnya adalah perempuan. Penelitian lain oleh Syifa and Pusparini (2018) pada 201 siswa SMA menunjukkan 52,7% diantaranya mengalami kecenderungan *eating disorder*. Berdasarkan beberapa penelitian tersebut, disimpulkan bahwa prevalensi *eating disorder* pada remaja termasuk cukup tinggi. Salah satu faktor yang menyebabkan remaja menjadi rentan yaitu pubertas yang dialami remaja. Pada masa pubertas, individu

akan mengalami perubahan fisik ekstrim meliputi bentuk tubuh, tinggi badan, berat badan, serta karakteristik seksual lainnya. Perkembangan fisik diikuti dengan perkembangan kognitif yang membuat remaja lebih sadar akan bagaimana mereka dilihat oleh orang lain (Santrock, 2019).

Status gizi merupakan keadaan tubuh yang disebabkan oleh keseimbangan antara asupan zat gizi dengan kebutuhan tubuh. Status gizi remaja terbagi menjadi lima yaitu status gizi buruk, status gizi kurang, status gizi baik, status gizi lebih, dan obesitas. Data Riskesdas (Riset Kesehatan Dasar) 2018 Provinsi Jawa Tengah menunjukkan bahwa 8,36% remaja usia 13-15 tahun dan 9,71% remaja usia 16-18 tahun dengan status gizi kurus dan sangat kurus. Selain itu terdapat 14,67% remaja usia 13-15 tahun dan 11,57% remaja usia 16-18 tahun dengan status gizi lebih (*overweight*) dan obesitas. Kabupaten Kendal menunjukkan bahwa 11,34% remaja usia 13-15 tahun dan 8,15% remaja usia 16-18 tahun dengan status gizi kurus dan sangat kurus. Prevalensi gizi lebih (*overweight*) dan obesitas di Kabupaten Kendal menunjukkan 10,92% pada remaja usia 13-15 tahun dan 10,46% pada remaja usia 16-18 tahun (Kementrian Kesehatan RI, 2018). Status gizi yang baik akan berkontribusi terhadap kesehatan, sedangkan permasalahan gizi akan menimbulkan beberapa dampak negatif, salah satunya pada gizi lebih dan obesitas akan menyebabkan masalah serius terkait penyakit degeneratif seperti penyakit kardiovaskular, diabetes mellitus, artritis, dan lain-lain pada usia dewasa, sedangkan pada gizi kurang akan meningkatkan risiko terhadap penyakit, terutama

penyakit infeksi (Savitri, 2015).

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk menganalisis apakah terdapat hubungan antara *body image* dan kecenderungan *eating disorder* dengan status gizi pada remaja putri di *boarding school*.

METODE

Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian dilakukan di Sabilurrasyad *Islamic Boarding School* Kendal dan pengambilan data dilakukan pada bulan Oktober – November 2023.

Jenis dan Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan jenis penelitian analitik observasional dengan desain penelitian *cross sectional*. Penelitian dengan desain *cross sectional* ini peneliti mengumpulkan data pada satu titik waktu. Variabel bebas pada penelitian ini meliputi *body image* dan kecenderungan *eating disorder*; sedangkan variabel terikatnya yaitu status gizi. Populasi pada penelitian ini yaitu siswi kelas 8, 9, 10, 11 SMP dan SMK Sabilurrasyad *Islamic Boarding School* Kendal yang bertempat tinggal di asrama dengan jumlah 129 siswi. Jumlah sampel didapatkan menggunakan rumus Lemeshow (1997) didapatkan sampel sebanyak 77 responden. Kemudian untuk menghindari kekurangan sampel ditambah 10% menjadi 85 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dan *simple random sampling* dengan kriteria inklusi yaitu siswi yang menetap di asrama, usia 13-17 tahun, dan bersedia menjadi responden, sedangkan kriteria eksklusi yaitu siswi tidak berada di asrama saat penelitian, tidak mengisi kuesioner

dengan lengkap, dan sedang sakit.

Prosedur Penelitian

Pengukuran Variabel Body Image

Variabel *body image* diukur menggunakan kuesioner BSQ-16 *short version* yang merupakan salah satu alat ukur yang biasa digunakan untuk menilai persepsi tubuh. BSQ-16 *short version* merupakan hasil modifikasi dari BSQ oleh Garner & Garfinkel (1979) yang terdiri dari 34 butir pertanyaan. Item pertanyaan yang lebih sedikit dinilai tepat untuk mempersingkat waktu dalam pengisian kuesioner. Jawaban pertanyaan berupa skala likert 1 s/d 6 sesuai dengan yang responden rasakan sekurang-kurangnya dalam empat minggu terakhir. Mengacu pada penelitian Hastuti (2013) klasifikasi variabel *body image* dibagi menjadi dua yaitu citra tubuh negatif (skor ≥ 38) dan citra tubuh positif (skor < 38).

Pengukuran Variabel Kecenderungan Eating Disorder

Data kecenderungan *eating disorder* diperoleh menggunakan kuesioner *Eating Disorder Examination Questionnaire* (EDE-Q). EDE-Q terdiri dari 28 butir pertanyaan, dimana 22 butir pertanyaan berskala Likert dan 6 butir lainnya berupa pertanyaan isian terkait perilaku makan individu selama 28 hari terakhir. Klasifikasi kecenderungan gangguan makan dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok ada kecenderungan dan kelompok tidak ada kecenderungan. Pembagian kelompok tersebut didasarkan pada *mean score* dari instrumen EDE-Q pada penelitian sebelumnya yaitu pada penelitian

Permanasari (2022) didaotkan *mean score* 2,32, maka itu, responden dengan skor EDE-Q $\geq 2,32$ akan masuk ke dalam kelompok ada kecenderungan *eating disorder*.

Pengukuran Status Gizi Remaja

Pengukuran status gizi remaja dibutuhkan data antropometri berupa berat badan (kg) dan tinggi badan (cm) yang diukur menggunakan timbangan digital dan *micotoise*, kemudian data antropometri tersebut dianalisis menggunakan aplikasi WHO AnthroPlus untuk mendapatkan nilai *z-score* responden didukung dengan data tanggal lahir siswi, kemudian nilai *z-score* tersebut diklasifikasikan menjadi status gizi normal (-2SD s/d +1SD) dan status gizi tidak normal meliputi gizi kurang, gizi lebih, dan obesitas (<-2SD dan >+1SD).

Analisis Data

Analisis data terbagi menjadi analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis univariat dalam penelitian ini menghasilkan distribusi frekuensi variabel bebas *body image* dan kecenderungan *eating disorder* serta variabel terikat berupa status gizi remaja putri. Sedangkan analisis bivariat dimaksudkan untuk melihat ada tidaknya hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Program yang digunakan untuk mengolah data yaitu *Microsoft Excel* 2019 dan *SPSS v. 25*. Derajat kemaknaan yang digunakan yaitu $p\text{-value} = 0,05$ (95%). Uji statistik yang digunakan untuk menganalisis hubungan *body image* dan kecenderungan *eating disorder* dengan status gizi menggunakan uji *chi-square*. Penelitian dikatakan

bermakna jika nilai $p \leq 0,05$ yang berarti terdapat hubungan yang bermakna antara variabel bebas dan variabel terikat, begitupun sebaliknya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis univariat mengenai distribusi frekuensi masing-masing variabel disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Frek	(%)
Body Image		
Negatif (≥ 38)	51	60
Positif (<38)	34	40
Kecenderungan Eating Disorder		
Ada Kecenderungan ($\geq 2,32$)	27	31,8
Tidak Ada Kecenderungan (<2,32)	58	68,2
Status Gizi		
Gizi Kurang	3	3,5
Normal	57	67,1
Gizi Lebih	18	21,2
Obesitas	7	8,2

Keterangan: Jumlah responden penelitian (n) = 85

Responden pada penelitian ini didominasi usia 13 tahun dengan jumlah 44 siswi (51,8%) dengan rentang usia 13-17 tahun. Pada tabel 4.1 dapat dilihat bahwa dominasi variabel *body image* pada responden yaitu negatif sebanyak 51 siswi (60%), responden dengan ada kecenderungan *eating disorder* terdapat sebanyak 27 siswi (31,8%) dari total 85 responden, serta responden yang memiliki status gizi tidak normal meliputi status gizi kurang, lebih, dan obesitas terdapat sebanyak 28 siswi (32,9%) yang didominasi gizi lebih.

Hubungan *Body Image* dengan Status Gizi Remaja Putri

Hasil uji statistik mengenai hubungan *body image* dengan status gizi remaja putri dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2. Hubungan *Body Image* dengan Status Gizi pada Remaja Putri

<i>Body Image</i>	Status Gizi				Total	<i>p value</i>	Prevalence Ratio (PR) CI 95%
	Tidak Normal meliputi status gizi kurang, lebih, & obesitas (<-2SD dan >+1SD)		Normal (-2SD s/d +1SD)				
	%	n	%	n			
Negatif (skor ≥38)	28,2	27	31,8	51	60	0,001*	4,0 (1,5 – 10,5)
Positif (skor <38)	4,7	30	35,3	34	40		

Keterangan: Dianalisis menggunakan uji *Chi-Square* signifikan pada taraf $p=0.05$. Signifikan ditandai dengan notasi (*).

Pada penelitian ini yang dilakukan di salah satu *boarding school* di Kendal menunjukkan sebanyak 51 siswi (60%) memiliki *body image* negatif dan siswanya positif. Hasil uji statistik pada tabel 4.5 menunjukkan adanya hubungan *body image* dengan status gizi pada remaja putri dengan nilai *p value* sebesar 0,001 (<0,05). Sementara itu, nilai prevalensi rasio sebesar 4,0 yang berarti responden dengan *body image* negatif berpeluang memiliki status gizi tidak normal empat kali lebih besar dibandingkan dengan responden dengan *body image* positif. Tingginya remaja putri dengan *body image* negatif dimungkinkan dipengaruhi karena pada masa ini terjadi puncak perhatian terkait penampilan atau dengan kata lain remaja sangat memperhatikan penampilannya untuk mendapatkan respon yang positif dari lingkungan sekitarnya. Oleh karena itu, remaja dengan *body image* negatif cenderung menganggap penampilan dirinya negatif sehingga mendorong remaja untuk melakukan diet dengan melakukan seleksi makanan dan mengontrol konsumsi makanan yang berdampak langsung pada

status gizinya (Wardani et al., 2015).

Hasil analisis pada responden penelitian ini terkait kuesioner BSQ-16 menunjukkan skor paling tinggi pada pertanyaan ‘cenderung merasa gemuk meskipun hanya makan dalam jumlah sedikit’. Pada penelitian ini disebutkan responden dengan *body image* negatif sebanyak 60% dengan 31,8% diantaranya memiliki status gizi normal, yang berarti bahkan lebih banyak perempuan dengan status gizi normal merasa berat badannya lebih berat dibandingkan IMT normal. Persepsi yang salah ini kemudian mempengaruhi kebiasaan makan dan berdampak negatif pada status gizi (Zulfa, 2023).

Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Bimantara et al. (2019) pada 76 siswi SMA 9 Surabaya yang menyebutkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara citra tubuh dengan status gizi dengan nilai *p value* sebesar 0,001. Masalah ketidakpuasan remaja putri terhadap bentuk tubuhnya akan mempengaruhi seseorang untuk memiliki pikiran negatif yang berdampak pada status gizi tidak

normal. Hasil yang sama diperoleh dari penelitian yang dilakukan oleh Damayanti and Sufyan (2022) pada 58 remaja putri SMAN 3 Tambun Selatan yang menyebutkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara *body image* dengan status gizi lebih ($p=0,000$), disebutkan bahwa remaja putri dengan status gizi lebih menilai dirinya memiliki bentuk tubuh yang lebih besar dibandingkan dengan remaja lain yang memiliki status gizi normal maupun kurang, maka

itu semakin negatif *body image* remaja putri, semakin tidak normal status gizinya.

Hubungan Kecenderungan Eating Disorder dengan Status Gizi Remaja Putri

Hasil uji statistik mengenai hubungan kecenderungan *eating disorder* dengan status gizi remaja putri dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 3. Hubungan Kecenderungan Eating Disorder dengan Status Gizi pada Remaja Putri

Kecenderungan Eating Disorder	Status Gizi				Total	p value	Prevalence Ratio (PR) CI 95%
	Tidak Normal meliputi status gizi kurang, lebih, & obesitas (<-2SD dan >+1SD)		Normal (-2SD s/d +1SD)				
	n	%	n	%			
Ada Kecenderungan (mean score $\geq 2,32$)	14	16,5	13	15,3	27	31,8	0,011* 2,1 (1,2 – 3,8)
Tidak Ada Kecenderungan (mean score <2,32)	14	16,5	44	51,7	58	68,2	

Keterangan: Dianalisis menggunakan uji *Chi-Square* signifikan pada taraf $p=0.05$. Signifikan ditandai dengan notasi (*).

Hasil uji statistik pada tabel 3 menunjukkan adanya hubungan kecenderungan *eating disorder* dengan status gizi pada remaja putri dengan nilai *p value* sebesar 0,011 ($<0,05$). Sementara itu, didapatkan nilai prevalensi rasio sebesar 2,1 yang berarti responden dengan adanya kecenderungan *eating disorder* berpeluang memiliki status gizi tidak normal dua kali lebih besar dibandingkan dengan responden yang tidak ada kecenderungan *eating disorder*. Berdasarkan data hasil penelitian diketahui juga bahwasanya seluruh responden dengan adanya kecenderungan *eating disorder* memiliki *body image* negatif. Dengan demikian, seseorang dengan adanya kecenderungan *eating disorder* umumnya

juga memiliki masalah dalam mempersepsikan *body image* mereka atau dapat diartikan *body image* yang negatif merupakan salah satu faktor penyebab seseorang memiliki kecenderungan terhadap *eating disorder* (Pratiwi et al., 2021).

Hasil yang sama diperoleh dari penelitian yang dilakukan oleh Syarafina (2014) pada 59 remaja putri anggota *Modelling Agency* Kota Semarang usia 15-19 tahun didapatkan nilai *p value* sebesar 0,010 yang berarti terdapat hubungan yang bermakna antara *eating disorder* dengan status gizi remaja putri. Orang yang menderita *eating disorder* umumnya memiliki kepercayaan diri yang rendah dan memiliki perasaan tidak sebanding dengan orang lain dan

seringkali menganggap dirinya mempunyai tubuh yang lebih besar sedangkan orang lain mempunyai tubuh ideal. Pernyataan ini sesuai dengan pertanyaan kuesioner EDE-Q yang berbunyi ‘pernahkah saya merasa gemuk’ dan ‘pernahkah saya merasa tidak nyaman ketika melihat tubuh saya’. Perasaan tidak nyaman menunjukkan kepercayaan diri yang rendah, sedangkan selalu merasa gemuk mengindikasikan bahwa seseorang cenderung merasa memiliki tubuh yang lebih besar daripada sebenarnya. Hal ini yang kemudian mendorong seseorang untuk melakukan diet seperti selalu ingin mengosongkan perut agar perut rata. Kebanyakan dari mereka berpikir bahwa makanan adalah sumber kenyamanan atau penghilang stress, sementara penurunan berat badan dianggap sebagai salah satu cara agar diterima oleh teman dan keluarga (Syarafina, 2014) Hal ini yang kemudian mempengaruhi status gizi mereka.

Variabel kecenderungan *eating disorder* yang diukur menggunakan kuesioner *Eating Disorder Examination-Questionnaire* (EDE-Q) berisi 28 item pertanyaan memiliki empat subskala yaitu: pembatasan, kekhawatiran pada makanan, kekhawatiran pada bentuk tubuh, dan kekhawatiran pada berat badan. Responden pada penelitian ini memiliki dominan atas kecenderungan *eating disorder* pada subskala kekhawatiran pada bentuk tubuh yang meliputi: keinginan memiliki perut rata, keasyikan dengan bentuk badan, pentingnya bentuk badan, takut akan kenaikan berat badan, ketidakpuasan terhadap bentuk badan, ketidaknyamanan melihat tubuh dan perasaan gemuk dengan nilai rata-rata 2,58, sedangkan

nilai rata-rata pada subskala yang sama pada EDE-Q global yaitu 2,149 dan disebutkan bahwa subskala kekhawatiran pada bentuk tubuh merupakan subskala dengan nilai rata-rata paling tinggi dibandingkan dengan subskala yang lain (Fairburn & Beglin, 2008). Dengan demikian, kekhawatiran akan bentuk tubuh dinilai sangat berpengaruh atas kejadian *eating disorder*.

Penelitian ini juga sejalan dengan yang dilakukan oleh Pratiwi et al. (2021) pada 119 remaja putri SMAN 1 Denpasar usia 14-18 tahun dan didapatkan nilai *p value* sebesar 0,010 yang berarti ada hubungan yang signifikan antara kejadian *eating disorder* dengan status gizi. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa pada rentang usia itu remaja putri mulai menaruh perhatian yang lebih pada bentuk tubuh mereka dan akan mulai berpikir terkait daya tarik fisik dalam hubungan sosial yang sangat mudah dipengaruhi oleh lingkungan. Selain itu, disebutkan juga bahwa remaja pada usia tersebut memiliki upaya obsesif untuk mengontrol berat badan yang akan mempengaruhi status gizi.

PENUTUP

Berdasarkan penelitian pada *boarding school* mengenai hubungan *body image* dan kecenderungan *eating disorder* dengan status gizi remaja putri menunjukkan adanya hubungan yang signifikan pada masing-masing variabel. Saran untuk penelitian selanjutnya yaitu dapat menghubungkan antara variabel *body image* dengan kecenderungan *eating disorder* ataupun dapat menambah variabel bebas untuk dihubungkan dengan status gizi remaja putri

sehingga dapat menggambarkan berbagai macam faktor yang mempengaruhi status gizi remaja putri di lokasi penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Bimantara, M. D., Adriani, M., & Suminar, D. R. (2019). Hubungan Citra Tubuh dengan Status Gizi pada Siswi di SMA Negeri 9 Surabaya. *Amerta Nutrition*, 3(2), 85–88. <https://doi.org/10.2473/amnt.v3i2.2019.85-88>
- Damayanti, E. R., & Sufyan, D. L. (2022). Hubungan Pola Makan, Aktivitas Fisik, dan Citra Tubuh dengan Status Gizi Lebih pada Remaja Putri di SMA Negeri 3 Tambun Selatan. *Indonesian Journal of Health Development*, 4(1), 35–45.
- Galmiche, M., Déchelotte, P., Lambert, G., & Tavolacci, M. P. (2019). Prevalence of Eating Disorders Over The 2000-2018 Period: A Systematic Literature Review. In *American Journal of Clinical Nutrition* (Vol. 109, Issue 5, pp. 1402–1413). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/ajcn/nqy342>
- Kementrian Kesehatan RI. (2018). Laporan Nasional RISKESDAS 2018. In *Lembaga Penerbit Balitbangkes*.
- Nomate, E. S., Nur, M. L., & Toy, S. M. (2017). Hubungan Teman Sebaya, Citra Tubuh dan Pola Konsumsi dengan Status Gizi Remaja Putri. In *Unnes Journal of Public Health* (Vol. 6, Issue 3). <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/ujph>
- Noviasty, R., Afiah, N., Susanti, R., Suja'i, M. N. M., Pakkerai, A. D., Cahyantari, U., & Wirasti, N. (2020). Komposisi Menu Sarapan dan Status Gizi Pelajar Boarding School SMP Muhammadiyah 5 Samarinda. *Ghidza: Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 4(1), 1–10. <https://doi.org/10.22487/ghidza.v4i1.44>
- Nyoman, N., Dwi Astini, A., & Gozali, W. (2021). Body Image Sebagai Faktor Penentu dalam Meningkatkan Status Gizi Remaja Putri. *International Journal of Natural Science and Engineering*, 5(1), 1–7. <https://doi.org/10.23887/ijnse.v5i>
- Permanasari, K. (2022). *Pengaruh Body Dissatisfaction terhadap Kecenderungan Eating Disorder Remaja*. Universitas Airlangga.
- Pratiwi, M. S. A., Yani, M. V. W., Agustini, M. P. A., & Yuliyatni, P. C. D. (2021). Hubungan Persepsi Tubuh dengan Kejadian Eating Disorder Remaja Putri di Denpasar. *Jurnal Medika Udayana*, 10(9), 67–73. <https://doi.org/10.24843.MU.2020.V10.i9.P11>
- Savitri, W. (2015). *Hubungan Body Image, Pola Konsumsi dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Siswi SMAN 63 Jakarta Tahun 2015*.
- Setyawati, V. A. V., & Setyowati, M. (2015). Karakter Gizi Remaja Putri Urban dan Rural di Provinsi Jawa Tengah. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11(1), 43. <https://doi.org/10.15294/kemas.v11i1.3463>

Syarafina, A. (2014). *Hubungan Eating Disorder dengan Status Gizi pada Remaja Putri di Modelling Agency Semarang.*

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(1), 18–25. <https://doi.org/10.18051/jbiomedkes.2018.v1.18-25>

Veronika, A., Puspitawati, T., & Fitriani, A. (2021). Associations between nutrition knowledge, protein-energy intake and nutritional status of adolescents. In *Journal of Public Health Research* (Vol. 10).

Wardani, D. A., Huriyati, E., Mustikaningtyas, & Hastuti, J. (2015). Obesitas, Body Image, dan Perasaan Stres pada Mahasiswa di Daerah Istimewa Yogyakarta. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 11(4), 161–169.

Zulfa, W. I. (2023). Hubungan Body Image, Kebiasaan Makan, dan Status Gizi dengan Masalah Anemia Gizi pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Sampang. *Media Gizi Kesmas*, 12(1), 344–351. <https://doi.org/10.20473/mgk.v12i1.2023.344-351>