

## Persepsi *Body Image* dan Kualitas Konsumsi Makanan Remaja Putri dengan Status Gizi Normal dan Lebih di Kota Bandung

### *(Body Image Perception and Food Consumption Quality of Normal- And Over-Nutrition Female Adolescents in Bandung City)*

Fajria Saliha Puspita Prameswari\*, Widya Astuti, Delita Septia Rosdiana, Ahdijatul Fauza, Hurry Mega Insani

Program Studi Gizi, Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung 40154, Indonesia

#### ABSTRACT

*A person's perceived body image is how he evaluates his physical appearance. Because of their desire to conform to existing beauty standards, young women are the most vulnerable group to body shape dissatisfaction. The aim of this study was to analyze body image perception and food consumption quality of normal- and over-nourished female adolescents in Bandung City. Cross-sectional study was conducted and 145 normal nutrition status of female adolescents and 54 over nutrition female adolescents aged between 15-17 years old were selected as the subjects. This study was conducted in 18 randomly selected senior high schools in Bandung City. Body image perception data was collected using Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire-Appearance Scales (MBRSQ-AS) instrument, meanwhile food consumption quality data was collected using Healthy Eating Index (HEI) instrument. Most of subjects had normal body image perception with no subject had good food consumption quality. The result showed significant difference in several subscales of body image perception, namely appearance evaluation, body areas satisfaction, overweight preoccupation, and self-classified weight in female adolescents with normal and over-nutrition ( $p < 0.05$ ). However, there was no significant difference in subject's food consumption quality ( $p > 0.05$ ).*

*Keywords: body image perception, female adolescent, food consumption quality, nutritional status*

#### ABSTRAK

Persepsi *body image* merupakan cara seseorang menilai penampilan fisiknya. Remaja putri merupakan kelompok yang paling rentan untuk mengalami ketidakpuasan bentuk tubuh akibat adanya keinginan untuk mengikuti standar kecantikan yang ada. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis persepsi *body image* dan kualitas konsumsi makanan pada remaja putri dengan status gizi normal dan lebih di Kota Bandung. Desain penelitian potong lintang digunakan untuk pengambilan data dan sebanyak 145 remaja putri dengan status gizi normal dan 54 remaja putri dengan status gizi lebih dan obesitas berusia 15-17 tahun dijadikan sebagai subjek dalam penelitian ini. Penelitian dilakukan di 18 SMA di Kota Bandung yang dipilih secara acak. Pengambilan data persepsi *body image* menggunakan instrumen *Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire-Appearance Scales* (MBSRQ-AS) dan data kualitas konsumsi makanan menggunakan instrumen *Healthy Eating Index* (HEI). Sebagian besar subjek memiliki persepsi *body image* normal dan tidak terdapat subjek yang memiliki kualitas konsumsi makanan yang baik. Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan nyata pada persepsi *body image* subskala evaluasi penampilan, kepuasan bagian tubuh, kecemasan menjadi gemuk, dan pengkategorian ukuran tubuh pada remaja dengan status gizi normal dan lebih ( $p < 0,05$ ). Tidak terdapat perbedaan nyata terhadap kualitas konsumsi makanan kedua kelompok ( $p > 0,05$ ).

**Kata kunci:** kualitas konsumsi makanan, persepsi *body image*, remaja putri, status gizi

---

#### \*Korespondensi:

pfajriasaliha@upi.edu

Fajria Saliha Puspita Prameswari

Program Studi Gizi, Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia 40154

## PENDAHULUAN

Persepsi *body image* merupakan cara seseorang menilai penampilan fisiknya, yang seringkali berkaitan dengan kepuasan atau ketidakpuasan seseorang terhadap tubuhnya. Ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh dapat menurunkan kepercayaan diri dan depresi yang mengakibatkan seseorang melakukan pengaturan gaya hidup yang tidak sehat, seperti *eating disorder* dan *excessive physical activities* (Sonneville *et al.* 2013). Remaja putri merupakan kelompok yang paling rentan untuk mengalami ketidakpuasan bentuk tubuh akibat adanya keinginan untuk mengikuti standar kecantikan yang ada (Sadowska *et al.* 2020).

Remaja merupakan periode dengan fase tumbuh kembang yang pesat, sehingga kualitas makanan yang dikonsumsi sangat berpengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan otak, organ, otot, dan sistem imun yang optimal (Rachmi *et al.* 2020). Remaja memiliki risiko yang tinggi untuk mengalami penyakit degeneratif akibat kualitas konsumsi makanan yang buruk (Agustina *et al.* 2022). Hipertensi merupakan salah satu faktor risiko perkembangan penyakit degeneratif yang mengalami peningkatan kasus baru tertinggi di Kota Bandung pada usia 15 tahun ke atas (Dinkes Kota Bandung 2021). Hal ini berkaitan juga dengan pola konsumsi remaja di Kota Bandung yang sering mengonsumsi makanan berdensitas tinggi dengan kandungan lemak berlebih (Arsyilah 2017). Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk menganalisis persepsi *body image* dan kualitas konsumsi makanan pada remaja putri dengan status gizi normal dan lebih di Kota Bandung.

## METODE

### Desain, tempat, dan waktu

Desain penelitian ini adalah potong lintang (*cross-sectional*) yang dilakukan di 18 sekolah menengah atas (SMA) di Kota Bandung. Pemilihan sekolah dilakukan secara acak dan dilaksanakan pada bulan Juli 2022. Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan etik dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan Politeknik Kesehatan Mataram dengan nomor LB.01.03/6/48302022. Penelitian ini merupakan bagian dari penelitian Studi Faktor Determinan Status Gizi Remaja Putri di Kota Bandung.

### Jumlah dan cara pengambilan subjek

Subjek adalah remaja putri yang merupakan siswi dari 18 SMA di Kota Bandung yang menjadi lokasi penelitian. Kriteria inklusi subjek adalah berusia 15-17 tahun dan bersedia untuk menandatangani *informed consent*, serta mendapatkan izin dari orang tua atau guru untuk terlibat dalam penelitian. Kriteria eksklusi pada penelitian ini adalah siswi yang sedang melakukan diet khusus. Penentuan jumlah subjek ditentukan dengan menggunakan rumus Slovin berdasarkan data populasi siswa SMA di Kota Bandung tahun 2020/2021, yaitu 58.865 siswa (BPS 2021). Berdasarkan perhitungan tersebut, diperoleh jumlah minimal subjek sebanyak 100 siswi. Penelitian utama melakukan pengambilan data pada 201 siswi. Subjek dari setiap sekolah dipilih secara acak berdasarkan data yang tersedia di sekolah. Subjek kemudian dikategorikan menjadi dua kelompok, yaitu subjek dengan status gizi normal dan subjek dengan status gizi lebih. Subjek status gizi lebih pada penelitian ini adalah subjek yang *overweight* dan obesitas. Penentuan status gizi subjek dilakukan berdasarkan kriteria status gizi menurut Kemenkes RI (2020). Status gizi normal jika IMT/U subjek berada pada rentang *z-score* -2SD hingga +1 SD, sedangkan status gizi lebih jika IMT/U subjek memiliki nilai *z-score* lebih dari +1SD. Sebanyak 145 subjek termasuk ke dalam kelompok status gizi normal dan 54 subjek termasuk ke dalam kelompok status gizi lebih. Dua subjek lainnya tidak diikutsertakan karena data yang diperoleh error.

### Jenis dan cara pengumpulan data

Data yang dikumpulkan merupakan data primer yang diambil secara langsung. Data yang diambil meliputi karakteristik subjek (usia), data antropometri (berat badan dan tinggi badan), Persepsi *body image* dengan menggunakan instrumen *Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire-Appearance Scale* (MBRSQ-AS), dan data kualitas konsumsi makanan dengan instrumen *Healthy Eating Index* (HEI). Pengambilan data karakteristik, persepsi *body image*, dan kualitas konsumsi makanan dilakukan dengan menggunakan kuesioner, sedangkan data antropometri diambil dengan melakukan pengukuran langsung. Seluruh data dikumpulkan oleh enumerator terlatih.

### Pengolahan dan analisis data

Data yang diperoleh diolah dan dianalisis menggunakan Microsoft Excel dan SPSS. Data yang diolah telah melalui proses *editing, coding, entry data, cleaning, dan analysis*. Data karakteristik subjek, yaitu usia, ditentukan oleh peneliti berkisar antara 15-17 tahun. Data status gizi diperoleh dengan menentukan indeks massa tubuh menurut umur (IMT/U). Penentuan IMT/U dilakukan dengan cara membagi berat badan dalam kilogram dengan tinggi badan yang dikuadratkan dalam meter ( $\text{kg/m}^2$ ). Nilai IMT yang diperoleh kemudian dihitung nilai *z-score*-nya menurut usia subjek, lalu dikategorikan berdasarkan Kemenkes RI (2020). Persepsi *body image* subjek diukur dengan instrumen MBRSQ-AS (*Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire-Appearance Scale*) yang terdiri atas lima subskala, meliputi evaluasi penampilan (*appearance evaluation*), orientasi penampilan (*appearance orientation*), kepuasan terhadap bagian tubuh (*body areas satisfaction*), kecemasan menjadi gemuk (*overweight preoccupation*), dan pengkategorian ukuran tubuh (*self-classified weight*). Subsкала tersebut ditentukan berdasarkan tiga area tubuh, meliputi penampilan (*appearance*), kebugaran (*fitness*), dan tingkat kesehatan/sakit (*health/illness*) (Cash dan Pruzinsky 1990; Seawell dan Danorf-Burg 2005). Setiap subsкала akan dijumlahkan total skornya, kemudian skor tersebut dikategorikan menjadi tiga, yaitu negatif/*not satisfied* (Mean – SD), normal/*quite satisfied*, dan positif/*more satisfied* (Mean+SD) (Dienasari 2016). Kualitas konsumsi makanan diukur dengan instrumen *Healthy Eating Index* (HEI). Pemberian skor 10 menunjukkan skor maksimum dan skor 0 menunjukkan skor minimum. HEI dikategorikan

menjadi tiga, yaitu buruk jika skor  $\leq 50$ , membutuhkan perbaikan jika skor 51-80, dan baik jika skor  $>80$ . Komponen HEI terbagi menjadi dua, yaitu makanan yang perlu dikonsumsi secara cukup (*adequacy*) dan makanan yang konsumsinya harus dibatasi (*moderation*). Komponen *adequacy* meliputi total buah, buah utuh, total sayuran, polong-polongan, biji-bijian utuh, produk susu, total sumber protein, seafood dan protein nabati, dan asam lemak. Komponen *moderation* meliputi lemak jenuh, gula tambahan, natrium, dan *refined grains* (Askari *et al.* 2021).

Data status gizi, persepsi *body image*, dan kualitas konsumsi makanan diolah secara deskriptif terlebih dahulu dengan Microsoft Excel. Analisis perbedaan persepsi *body image* dan kualitas konsumsi makanan antar dua kelompok dilakukan dengan menggunakan uji *Mann-Whitney* untuk sebaran data tidak normal.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

**Karakteristik subjek.** Subjek dalam penelitian ini adalah siswi SMA di Kota Bandung dengan rata-rata usia  $16,22 \pm 0,72$  tahun dengan usia termuda adalah 15 tahun dan usia tertua adalah 17 tahun. Tabel 1 menunjukkan sebaran subjek berdasarkan status gizinya. Subjek dikategorikan menjadi dua kelompok, yaitu subjek dengan status gizi normal dan subjek dengan status gizi lebih. Sebanyak 145 subjek termasuk dalam kategori status gizi normal dan 54 subjek termasuk dalam kategori status gizi lebih.

Kedua kelompok perlakuan memiliki status gizi yang berbeda secara signifikan ( $p > 0,05$ ). Kelompok dengan status gizi lebih memiliki rata-rata IMT/U dan *z-score* yang

Tabel 1. Sebaran subjek berdasarkan status gizi

Indikator status gizi	Status gizi normal (n=145)	Status gizi lebih (=54)	<i>p-value</i>
IMT/U			
Rata-rata	19,8±2,2	27,3±3,1	0,000
Min	15,0	23,6	
Max	24,0	34,3	
<i>z-score</i>			
Rata-rata±std deviasi	-0,35±0,72	2,1±1,06	0,000
Min	-1,99	1,02	
Max	0,999	4,86	

Mann-Whitney; Signifikan pada  $p < 0,05$

lebih tinggi dibandingkan kelompok status gizi normal. Remaja dikategorikan gizi lebih apabila nilai *z-score* status gizinya berkisar antara +1SD hingga +2SD, sedangkan dikategorikan obesitas bila nilai *z-score* >+2SD. Prevalensi obesitas pada remaja Indonesia terus mengalami peningkatan. Data Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa prevalensi remaja yang kelebihan berat badan dan obesitas saat ini adalah 13,5% (Kemenkes RI 2018). Data penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 27,1% subjek telah mengalami kelebihan berat badan dan obesitas. Menurut Nicolucci dan Maffei (2022), obesitas pada remaja berhubungan dengan peningkatan prevalensi risiko kardiometabolik. Selain itu, obesitas remaja dapat menjadi prediktor kuat obesitas saat dewasa dan meningkatkan risiko mortalitas.

**Persepsi *body image*.** Persepsi *body image* merupakan pengukuran yang dilakukan untuk menilai persepsi individu terhadap bentuk tubuh atau kondisi fisiknya. Tabel 2 menunjukkan persepsi *body image* subjek dengan hasil yang menunjukkan bahwa mayoritas subjek memiliki persepsi *body image* yang normal. Uji *Mann-Whitney* menunjukkan tidak adanya perbedaan nyata terhadap persepsi *body image* pada subjek dengan status gizi normal dan status gizi lebih ( $p>0,05$ ).

Tabel 2. Persepsi *body image* subjek berdasarkan status gizi

Persepsi <i>body image</i>	Status gizi normal		Status gizi lebih		<i>p-value</i>
	n	%	n	%	
	Negatif ( <i>not satisfied</i> )	21	14,5	7	
Normal ( <i>quite satisfied</i> )	105	72,4	39	72,2	
Positif ( <i>very satisfied</i> )	21	14,5	7	13,0	
Total	145	100,0	54	100,0	

Mann-Whitney; Signifikan pada  $p<0,05$

Persepsi *body image* negatif menunjukkan seseorang merasa tidak puas dan tidak percaya diri terhadap bentuk tubuh yang dimilikinya, menandakan bentuk tubuhnya belum sesuai dengan yang dia harapkan. Persepsi *body image* positif menandakan seseorang merasa sangat puas dan sangat percaya diri terhadap bentuk tubuhnya, sedangkan persepsi netral menunjukkan

seseorang merasa cukup dan nyaman dengan bentuk tubuhnya saat ini (Cash dan Pruzinsky 1990).

Pada hasil penelitian diketahui bahwa persentase subjek dengan persepsi negatif pada kedua kelompok tidak berbeda nyata. Hal tersebut disebabkan, terdapat banyak faktor lainnya yang mempengaruhi kepuasan seseorang terhadap bentuk tubuhnya sebab status gizi tidak menjadi satu-satunya faktor yang mempengaruhi persepsi *body image* pada remaja. Adanya tekanan dari media, orang tua, dan teman sebaya memberikan pengaruh terhadap ketidakpuasan bentuk tubuh pada remaja (Ata *et al.* 2011).

Perempuan memiliki anggapan tubuh yang lebih tinggi dan lebih ramping adalah proporsi ideal yang harus dimiliki, sehingga terdapat kecenderungan perasaan tidak puas pada perempuan terhadap bentuk tubuh dan berat badan yang dimiliki dibandingkan dengan laki-laki (Zaccagni *et al.* 2014). Ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh tidak hanya dialami oleh perempuan obesitas, tetapi juga pada perempuan dengan status gizi normal. Meskipun demikian, ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh pada perempuan obesitas cenderung lebih tinggi dibandingkan perempuan dengan status gizi normal (Weinberger *et al.* 2016).

Penilaian persepsi *body image* juga dilakukan berdasarkan subskala evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, kecemasan menjadi gemuk, dan pengkategorian ukuran tubuh. Tabel 3 menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan pada subskala evaluasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, kecemasan menjadi gemuk, dan pengkategorian ukuran tubuh pada dua kelompok subjek ( $p<0,05$ ).

Penilaian persepsi *body image* berdasarkan subskala evaluasi penampilan menunjukkan adanya perbedaan nyata pada subjek dengan status gizi normal dan lebih ( $p<0,05$ ). Evaluasi penampilan adalah pengukuran tingkat kepuasan seseorang terhadap penampilan yang dimiliki. Subjek pada kelompok status gizi normal memiliki rata-rata evaluasi penampilan yang lebih tinggi dibandingkan dengan subjek pada kelompok status gizi lebih. Hal tersebut menunjukkan bahwa subjek pada status gizi normal memiliki kepuasan yang lebih tinggi terhadap penampilannya dibandingkan subjek pada status gizi normal. Penelitian Weinberger

Tabel 3. Sebaran subjek berdasarkan subskala MBSRQ-AS

Subskala MBSRQ-AS	Status gizi normal		Status gizi lebih		p-value
	n	%	n	%	
Evaluasi penampilan					
Negatif	20	13,8	7	13,0	0,009*
Normal	101	69,7	40	74,0	
Positif	24	16,5	7	13,0	
Rata-rata±std deviasi	22,0±3,4		20,4±4,6		
Orientasi penampilan					
Negatif	25	17,2	9	16,7	0,884
Normal	94	64,8	36	66,7	
Positif	26	18,0	9	16,7	
Rata-rata±std deviasi	43,9±4,7		43,4±5,4		
Kepuasan terhadap bagian tubuh					
Negatif	22	15,2	6	11,1	0,002*
Normal	105	72,4	42	77,8	
Positif	18	12,4	6	11,1	
Rata-rata±std deviasi	27,5±4,3		24,4±5,6		
Kecemasan menjadi gemuk					
Negatif	15	10,3	9	16,7	0,000*
Normal	103	71,0	36	66,7	
Positif	27	18,6	9	16,7	
Rata-rata±std deviasi	11,0±3,5		13,9±2,5		
Pengkategorian ukuran tubuh					
Negatif	34	23,4	6	11,1	0,000*
Normal	95	65,6	32	59,3	
Positif	16	11,0	16	29,6	
Rata-rata±std deviasi	5,7±1,5		7,8±1,0		

Mann-Whitney; Signifikan pada  $p < 0,05$ 

dan Sikorski (2021) menunjukkan bahwa terdapat kecenderungan orang yang obesitas memiliki evaluasi penampilan yang lebih rendah dibandingkan dengan orang dengan status gizi normal.

Subskala orientasi penampilan adalah pengukuran yang dilakukan untuk menilai seberapa sering seseorang berupaya untuk memperbaiki penampilannya. Uji *Mann-Whitney* menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang nyata terhadap subskala ini pada kedua kelompok subjek ( $p > 0,05$ ). Hal tersebut menunjukkan bahwa subjek pada kelompok status gizi normal dan status gizi lebih memiliki upaya yang sama untuk memperbaiki penampilan. Perbaikan penampilan yang dapat dilakukan pada perempuan obesitas adalah dengan menurunkan berat badan yang dapat dilakukan dengan mengubah gaya hidup dan perilaku. Akan tetapi, seringkali perubahan tersebut sulit dilakukan akibat rendahnya usaha dan niat untuk melakukan hal tersebut. Hal ini disebabkan seringkali seseorang gagal untuk

menurunkan berat badannya sehingga tidak lagi berusaha untuk melakukan perubahan gaya hidup dan perilaku (Mroz *et al.* 2018).

Subskala kepuasan terhadap bagian tubuh menunjukkan kepuasan individu terhadap bagian tubuh yang dimiliki, seperti wajah, rambut, tubuh bagian atas, dsb. Uji *Mann-Whitney* menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang nyata terhadap subskala ini pada kedua kelompok subjek ( $p < 0,05$ ) dan rata-rata penilaian pada subjek dengan status gizi normal lebih tinggi dibandingkan subjek dengan status gizi lebih. Hasil tersebut menunjukkan terdapat kecenderungan bahwa subjek dengan status gizi lebih tidak puas dengan bagian tubuhnya. Hal ini dapat menyebabkan remaja putri melakukan tindakan ekstrim, seperti melakukan diet ketat dan aktivitas fisik berlebihan, yang dapat mengakibatkan gangguan kesehatan (Sonnevile *et al.* 2013). Kepercayaan diri rendah, perasaan tidak mampu dan tidak sebanding dengan orang lain dapat menyebabkan gangguan makan pada

remaja putri (Kurniawan dan Briawan 2014).

Uji *Mann-Whitney* menunjukkan terdapat perbedaan nyata terhadap subskala kecemasan menjadi gemuk pada dua kelompok subjek ( $p < 0,05$ ). Subsкала ini bertujuan untuk menilai tingkat kecemasan seseorang untuk mengalami peningkatan berat badan dan menilai seberapa sering seseorang melakukan usaha untuk menurunkan berat badan. Rata-rata penilaian pada subjek status gizi lebih dengan status gizi normal lebih tinggi. Hal tersebut menunjukkan subjek dengan status gizi lebih cenderung lebih khawatir untuk mengalami peningkatan berat badan yang lebih besar. Cecon *et al.* (2017) menyatakan bahwa kecemasan berlebih pada remaja *overweight* dan obesitas terjadi akibat usaha untuk menjadi kurus yang dilakukan secara terus-menerus. Hal ini juga dapat meningkatkan risiko remaja obesitas mengalami kecemasan dan depresi (Lindberg *et al.* 2020).

Pengkategorian ukuran tubuh adalah subskala yang menilai anggapan personal dan orang lain terhadap berat badan seseorang. Hasil uji *Mann-Whitney* menunjukkan terdapat perbedaan nyata terhadap subskala pengkategorian ukuran tubuh pada dua kelompok subjek ( $p < 0,05$ ). Subjek pada kelompok status gizi lebih menyadari bahwa berat badannya agak atau sangat lebih dan beranggapan bahwa orang lain juga berpendapat hal yang sama. Sadowska *et al.* (2020) menyatakan bahwa status gizi secara signifikan menunjukkan persepsi terhadap penilaian ukuran tubuh, kepuasan terhadap bentuk tubuh, dan kebiasaan makan.

#### **Kualitas konsumsi makanan.**

Kualitas konsumsi makanan subjek diukur dengan menggunakan instrumen HEI. Tabel 4 menunjukkan subjek pada kelompok status gizi normal maupun status gizi lebih memiliki kualitas konsumsi makanan yang buruk dan membutuhkan perbaikan. Uji *Mann-Whitney* menunjukkan tidak terdapat perbedaan signifikan pada kedua kelompok tersebut ( $p > 0,05$ ). Hasil tersebut menunjukkan bahwa subjek pada kedua kelompok memiliki kualitas konsumsi makanan yang sama.

Remaja Indonesia memiliki kebiasaan makan yang buruk dan perlu ditingkatkan. Remaja Indonesia usia 16-18 tahun mengonsumsi natrium lebih banyak daripada anjuran konsumsi, serta tingginya konsumsi minuman manis pada remaja usia 10-17 tahun dimana remaja putri

lebih sering mengonsumsi minuman manis dibandingkan remaja laki-laki (Rachmi *et al.* 2020). Penelitian Miskiyah dan Briawan (2022) menunjukkan bahwa remaja memiliki konsumsi sayuran dan buah yang kurang dari anjuran, sedangkan untuk konsumsi makanan ringan melebihi anjuran. Agustina *et al.* (2022) menyatakan bahwa gaya hidup remaja sangat dipengaruhi oleh faktor teman sepermainan dan lingkungan. Kemudahan akses untuk memperoleh makanan tidak sehat seringkali menjadi penyebab dari buruknya pemilihan kualitas makanan pada remaja. Hasil penelitian di Malang pada remaja putri menunjukkan bahwa remaja cenderung memahami konsep dari makanan sehat akan tetapi praktiknya pada kehidupan sehari-hari masih rendah (Sondari *et al.* 2019).

Tabel 4. Kualitas konsumsi makanan subjek berdasarkan status gizi

Kualitas konsumsi makanan	Status gizi normal		Status gizi lebih		<i>p-value</i>
	n	%	n	%	
Buruk	91	62,8	20	37,0	0,646
Membutuhkan perbaikan	54	37,2	34	63,0	
Total	145	100,0	54	100,0	

Mann-Whitney; Signifikan pada  $p < 0,05$

## **KESIMPULAN**

Persepsi *body image* dengan subskala evaluasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, kecemasan menjadi gemuk, dan pengkategorian ukuran tubuh pada remaja putri dengan status gizi normal dan status gizi lebih memiliki perbedaan yang signifikan ( $p < 0,05$ ). Akan tetapi, pada kedua kelompok subjek memiliki kualitas konsumsi makan yang sama ( $p > 0,05$ ). Perbaikan persepsi *body image*, khususnya pada remaja putri dengan gizi lebih, diperlukan agar diperoleh kualitas hidup yang lebih baik. Selain itu, peningkatan kualitas konsumsi makanan remaja perlu dilakukan agar perbaikan gaya hidup menjadi lebih sehat dapat diterapkan.

## **KONFLIK KEPENTINGAN**

Tidak terdapat konflik kepentingan antar penulis.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina R, Rianda D, Setiawan EA. 2022. Relationships of child-, parents-, and environment-associated determinants with diet quality, physical activity, and smoking habits among Indonesian urban adolescents. *Food Nutr Bull.* 43(1):44-55. <https://doi.org/10.1177/03795721211046145>
- Askari M, Dashzad E, Naghshi S, Bellissimo N, Suito K, Azadbakht L. 2021. Healthy eating index and anthropometric status in young children: a cross-sectional study. *Clinical Nutrition ESPEN.* 45(2021):306-311. <https://doi.org/10.1016/j.clnesp.2021.07.030>
- Arsyilah SZ. 2017. Densitas energi konsumsi pangan remaja di Kota Bandung dan Yogyakarta [skripsi]. Bogor: Institut Pertanian Bogor.
- Ata RN, Rojas A, Ludden AB, Thompson JK. 2011. Factors influencing body image during adolescence. *Handbook of Behavior, Food and Nutrition.* 3221-3239. [https://doi.org/10.1007/978-0-387-92271-3\\_201](https://doi.org/10.1007/978-0-387-92271-3_201)
- [BPS] Badan Pusat Statistik. 2021. Jumlah murid SMA 2019-2021. Badan Pusat Statistik Kota Bandung. <https://bandungkota.bps.go.id/indicator/28/575/1/jumlah-murid-sma.html> [Diakses 19 November 2022].
- Cash TF, Pruzinsky T. 1990. *Body Images: Development, Deviance and Change.* New York (US): The Guilford Press. <https://doi.org/10.1097/00006534-199108000-00041>
- Cecon RS, Franceschini SCC, Peluzio MCG, Hermsdorff HHM, Priore SE. 2017. Overweight and body image perception in adolescents with triage of eating disorders. *ScientificWorldJournal.* 2017:8257329. <https://doi.org/10.1155/2017/8257329>
- Dienasari RH. 2016. Persepsi body image, kebiasaan makan dan status gizi pada penari remaja wanita [Skripsi]. Bogor: Institut Pertanian Bogor.
- [Dinkes Kota Bandung] Dinas Kesehatan Kota Bandung. 2021. Profil Kesehatan Kota Bandung Tahun 2020. Bandung: Dinas Kesehatan Kota Bandung.
- [Kemenkes RI] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2018. Riset Kesehatan Dasar. Jakarta (ID): Kemenkes RI.
- [Kemenkes RI] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2020. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak. Jakarta (ID): Kemenkes RI.
- Kurniawan MY, Briawan D. 2014. Persepsi tubuh dan gangguan makan pada remaja perempuan. *Jurnal Gizi Pangan.* 9(2):103-108. doi: <https://doi.org/10.25182/jgp.2014.9.2.%25p>.
- Miskiyah A, Briawan D. 2022. Kualitas diet, aktivitas fisik, dan status gizi remaja, selama masa pandemi covid-19 di Kota Bogor. *J Gizi Dietetik.* 1(1):8-15.
- Lindberg L, Hagman E, Danielsson P, Marcus C, Persson M. 2020. Anxiety and depression in children and adolescents with obesity: a nationwide study in Sweden. *BMC Medicine.* 18(2020):30. <https://doi.org/10.1186/s12916-020-1498-z>
- Morz JE, Pullen CH, Hageman PA. 2018. Health and appearance reasons for weight loss as predictors of long-term weight change. *Health Psychol Open.* 5(2): 2055102918816606. <https://doi.org/10.1177/2055102918816606>
- Nicolucci A, Maffei C. 2022. The adolescent with obesity: what perspectives for treatment? *Italian Journal of Pediatrics.* 48(2022):9. <https://doi.org/10.1186/s13052-022-01205-w>
- Rachmi CN, Jusril H, Ariawan I, Beal T, Sutrisna A. 2020. Eating behaviour of Indonesian adolescents: a systematic review of the literature. *Public Health Nutrition.* 24(S2): s84-s97. <https://doi.org/10.1017/S1368980020002876>
- Sadowska J, Dziaduch I, Bruszkowska M, Ziolkowska K. 2020. BMI, body perception, and approach to eating and diet in adolescent girls. *Sage Open.* 10(4). <https://doi.org/10.1177/2158244020962816>
- Seawell AHH, Danorf-Burg S. 2005. Body image and sexuality in women with and without systemic lupus erythematosus. *Sex Roles.* [http://findarticles.com/p/articles/mi\\_m2294/is\\_11-12\\_53/ai\\_n16083985](http://findarticles.com/p/articles/mi_m2294/is_11-12_53/ai_n16083985) [Diakses 19 November 2022]. <https://doi.org/10.1007/s11199-005-8298-y>
- Sondari M, Brouwer ID, Februhartanty J. 2019. Eating behaviour of adolescent schoolgirls in Malang, East Java: a qualitative study.

- Mal J Nutr. 25(suppl):87-96.
- Sonneville KR, Calzo JP, Horton NJ, Haines J, Austin SB, Field AE. 2013. Body satisfaction, weight gain, and binge eating among overweight adolescent girls. *Int J Obes (Lond)*. 36(7):944-949. <https://doi.org/10.1038/ijo.2012.68>
- Weinberger NA, Kersting A, Heller SGR, Sikorski CL. 2016. Body dissatisfaction in individuals with obesity compared to normal-weight individuals: a systematic review and meta-analysis. *Obes Facts*. 9(2016):424-441. <https://doi.org/10.1159/000454837>
- Weinberger NA, Sikorski CL. 2021. Body appreciation and appearance evaluation in individuals with obesity compared to individuals with normal-weight: findings from a representative German population sample. *Eat Weight Disord*. 26(2021):2241-2249. <https://doi.org/10.1007/s40519-020-01071-7>
- Zaccagni L, Masotti S, Donati R, Mazzoni G, Russo EG. 2014. Body image and weight perceptions in relation to actual measurements by means of a new index and level of physical activity in Italian university students. *J Transl Med*. 42(2014):12. <https://doi.org/10.1186/1479-5876-12-42>