

HUBUNGAN ANTARA BODY IMAGE DAN PENGETAHUAN GIZI DENGAN STATUS GIZI PADA REMAJA SMAN 02 MUARADUA OKU SELATAN TAHUN 2024

Kartika Rani¹, Asep Jalaludin Saleh², Radella Hervidea³
kartikarani990@gmail.com¹, jalaluddinasep0@gmail.com², radella@umitra.ac.id³
Universitas Mitra Indonesia

ABSTRACT

Teremagerrers arer an ager group that irs vulnerrabler to experrirerncirng nutrirtironal problemers. Factors that irnfluencer nutrirtironal problemers arer nutrirtironal knowlerdger, physircal actirvirty, and also perrceptirons of teremagerrers' body shaper. Thirngs that can irnfluencer nutrirtironal status can changer ther fulfirlmernt of nutrirtironal nererds irnappropriaterly, startirng from body shapers that arer thirn, verry thirn, short and verry short, to fat and obeser. Thirs reserarch aims to dertermirner ther relatironshirp bertwerern body imager and nutrirtironal knowlerdger and nutrirtironal status irn adolerscernts at SMAN 02 Muaradua Oku Serlatan. Ther merthod userd irn thirs reserarch irs quantirtatirver usirng a cross-serctironal dersirgn and a purposirver samplirng terchnirquer, usirng a random samplirng merthod to obtairn 48 samplers usirng ther Slovirn formula. Birvarirater data analysirs was carrirerd out usirng ther Gamma Terst and Contirngerncy Correrlatirion Terst usirng SPSS 25 for Wirndows. Ther reserarch rersults showerd that therrere was a relatironshirp bertwerern body imager and nutrirtironal status ($p=0.03$), and therrere irs no relatironshirp bertwerern nutrirtironal knowlerdger and nutrirtironal status ($p=0.054$) irn adolerscernts at SMAN 02 Muaradua Oku Serlatan.

Kata Kunci: *Body_image, Nutritional_knowledge, Nutritional_status.*

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah masa perralirhan irndirvirdu dalam perrkermbangan remaja yang akan diralamir oleh serserorang pada perrubahan darir masa kanak-kanak menuju masa derwasa, birasanya antara usira 13 sampair 20 tahun. Terjadi perrkermbangan berentuk irderntirtas prirbadir pada tubuh remaja, sirsterm moral dan ertirk, harga dirrir, serrta prerserspir cirtra tubuh (Adirnda, 2019). Perrmasalahan girzir pada remaja terjadi akirbat permernuhan kerbutuhan girzir yang kurang terpat, mulair darir berentuk tubuh yang kurus, dan sangat kurus, pernderk dan sangat pernderk, hirngga gemuk, obesirtas dan anermira menjadi masalah yang dirhadapir oleh anak serkolah (Adirnda, 2019). Menurut World Heralth Organirzation (WHO) 2018 menyerbutkan bahwa pengirdap obesirtas adalah fernomerna yang terserbar luas pada remaja, dirantaranya usira 16-18 prervalensir kerlerbirhan berrat badan dan obesirtas pada remaja adalah 13,5%.

Prervalensir kerlerbirhan berrat badan berrvarirasir menurut WHO, darir 31% dir wirlayah Asira Ternggara dan wirlayah Afrirka hirngga 67% dir wirlayah Amerirka. Berrdasarkan Laporan SKIr (survery Kerserhatan Irndonersira), dirkertahuir prervalensir status girzir gemuk menurut IrMT/U pada remaja usira 16- 18 tahun dir kota Sumatra Serlatan adalah 1,7% sangat kurus, 6,9% kurus, 83,2% normal, 6,8% gemuk dan 3,8% obesirtas menurut (Irndramayu, 2020). Angka terserbut berrada dir atas prervalensir kabupatern oku serlatan yaitur 2,09% sangat kurus, 4,98% kurus, obesirtas 2,4% (rirskersdas, 2023). Adanya perrberdaan kerkurusan yang diralamir oleh irndirvirdu remaja putra lerbirh tirnggir serbersar 9,1% dirbandirngkan derngan remaja putrir 3,6% menjadi salah satu prervalensir pada jernirs kerlamir yang mangalamir kerkurusan (UNIrCERF,2021). Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan antara body image tubuh dan pengetahuan gizi dengan status gizi siswa SMAN 02 Muaradua Oku Selatan.

Status gizi menjadi faktor penting karena berhubungan dengan kecerdasan, produktivitas dan kreativitas yang tentunya dapat mempengaruhi kualitas sumber daya manusia (SDM) (Abdullah et al., 2022). Status gizi akan menentukan masalah gizi yang terjadi pada seseorang dan setiap kelompok umur berisiko mengalami masalah gizi. Remaja merupakan kelompok usia rentan gizi karena peningkatan pertumbuhan fisik dan perkembangan yang pesat. Kebutuhan zat gizi remaja putri harus diperhatikan karena remaja putri masih dalam tahap belajar di sekolah. Jika remaja putri mengalami status gizi yang kurang akan mempengaruhi sistem imunnya sehingga remaja putri lebih mudah menderita penyakit infeksi. Keadaan ini dirisikokan akan mempengaruhi kehadiran di sekolah sehingga cenderung tertinggal dalam proses pembelajaran sehingga mempengaruhi prestasi belajar (Yusirtha et al., 2018).

Body Image adalah persepsi seseorang tentang tubuhnya, mencakup pikiran, persepsi penilaian, sensasi fisik, kesadaran dan perilaku mengenai penampilan dan bentuk tubuhnya dipengaruhi oleh idealisasi persepsi tubuh di masyarakat dan interaksi sosial seseorang dalam lingkungannya dan dapat mengalami perubahan. Pernyataan mengenai body image tersebut, dapat disimpulkan bahwa body image adalah gambaran atau konsep pribadi seseorang akan penampilan fisiknya (Yulisma et al., 2022). Body image dibedakan menjadi dua yaitu Body image positif dan body image negatif.

Menurut (Arab, 2023), mengatakan pengetahuan gizi adalah pengetahuan tentang ilmu gizi, zat gizi, dan bagaimana zat gizi berpengaruh terhadap kesehatan dan status gizi. Pengetahuan gizi mengacu pada proses kognitif yang diperlukan untuk mengintegrasikan informasi gizi dengan perilaku makan, yang menghasilkan struktur pengetahuan gizi dan kesehatan yang tepat. Pengetahuan gizi juga mencakup pemahaman tentang kandungan gizi makanan dan manfaat zat gizi tersebut bagi tubuh. Pengetahuan tentang nutrisi dapat mempengaruhi perilaku makan masyarakat dan kebiasaan makan mereka (Utari et al., 2022).

Penelitian yang dilakukan oleh Hamdani (2019) pada siswa SLTP Negeri 2 Wungu Madiun menemukan bahwa 36,7% responden memiliki gambaran tubuh negatif dan 11,7% memiliki pengetahuan gizi seimbang yang buruk, dengan keduanya memiliki korelasi positif terhadap penurunan status gizi mereka. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa remaja yang memiliki gambaran tubuh dan pengetahuan gizi seimbang yang baik juga akan memiliki status gizi yang lebih baik. Hasil pra-survei yang dilakukan di SMAN 02 Muaradua Oku Selatan menghasilkan data dari 32 siswa di kelas X. Dari 32 siswa, ada 5 yang terlalu gemuk, 2 yang gemuk, 7 yang kurus, dan 18 yang memiliki IMT normal atau ideal. Dari lima siswa yang diwawancarai, diketahui bahwa tiga di antara mereka tidak puas dengan bentuk tubuh mereka, dan dua lainnya percaya bahwa menjadi kurus lebih baik dan demi menjaga bentuk tubuhnya mereka rela makan 2 kali dengan tidak mengonsumsi nasi dan lebih suka mengonsumsi makanan cepat saji seperti mie instan.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah deskriptif analitik dengan desain cross-sectional. Penelitian cross-sectional adalah jenis penelitian observasional yang menganalisis variabel data di seluruh populasi sampel atau subjek yang dipilih pada satu titik waktu tertentu. Metode pengumpulan data adalah dengan menyebarkan kuisioner. Data status gizi diperoleh dari pengukuran TB dan BB, yang kemudian dihitung menggunakan nilai BB/TB dari WHO atau dengan penghitungan IMT. Penelitian ini melibatkan 90 responden, yang merupakan

siswa dan siswi kelas X di SMAN 02 Muaradua Oku Selatan. Penelitian ini menggunakan metode random sampling, yang menghasilkan 48 sampel. Variabel-variabel pada penelitian ini adalah Body Image dan Pengetahuan Gizi, kemudian Status gizi remaja adalah variabel dependen penelitian ini. Tujuan analisis univariat adalah untuk menggambarkan setiap aspek variabel penelitian. Analisis digunakan untuk menganalisis masing-masing variabel meliputi pengetahuan gizi, Body image, dan status gizi. Untuk mengetahui hubungan body image dengan status gizi remaja, serta pengetahuan gizi remaja terhadap status gizi, digunakan analisis bivariat dalam penelitian ini. Variabel-variabel dalam penelitian ini akan dilakukan dengan bentuk data kategorikal yang tidak memerlukan hasil uji normalitas. Uji bivariat dari setiap variabel dalam penelitian ini dilakukan dengan uji korelasi kontingensi dalam variabel berskala nominal-ordinal, dan uji gamma untuk variabel berskala ordinal-ordinal dalam penelitian Ardhana, (2022). Pada penelitian ini menggunakan software SPSS windows 25 untuk menentukan nilai p-value, hasil dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara body image dengan status gizi yaitu $p \text{ value } 0,03 < 0,05$ dan H_0 ditolak karena tidak ada hubungan antara pengetahuan gizi dengan status gizi dengan nilai $p \text{ value } 0,054 > 0,05$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

a. Analisis Univariat

Tabel 1 Body Image Responden.

Body Image	Frekuensi	Persentase (%)
Negatif	28	58,3 %
Positif	20	41,7 %
Jumlah	48	100 %

Tabel 2 Pengetahuan Gizi

Pengetahuan Gizi	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	8	16,7 %
Cukup	14	29,2 %
Kurang	26	54,2 %
Jumlah	48	100 %

Tabel 3 Status Gizi

Status Gizi	Frekuensi	Persentase (%)
Gizi Sangat Kurus	3	6,3 %
Gizi Kurus	4	8,3 %
Gizi Baik (Normal)	23	47,9 %
Gizi Gemuk	8	16,7 %
Gizi Obesitas	10	20,8 %
Jumlah	48	100

b. Analisis bivariat

1. Hubungan antara Body Image dengan Status Gizi

Tabel 4 Hubungan antara Body Image dengan Status Gizi

Body Image	Status gizi		Koefesien Korelasi		+ 0,426	Nilai p value 0,03
	Normal	Gemuk	Obesitas	Total		
Negatif	9	4	8	28		
Positif	14	4	2	20		
Jumlah	23	8	10	48		

2. Hubungan antara Pengetahuan gizi dengan status gizi

Tabel 5 Hubungan antara Pengetahuan gizi dengan status gizi

Pengetahuan Gizi	Status gizi				Koefesien Korelasi + 0,338	Nilai p value 0,054
	Normal	Gemuk	Obesitas	Total		
Baik	5	1	0	8		
Cukup	6	1	4	14		
Kurang	12	6	6	26		
Jumlah	23	8	10	48		

B. Pembahasan

a. Analisis Univariat

1. Body image

Penelitian ini menilai citra tubuh menggunakan metode Figure Rating Scale (FRS) dengan melihat jawaban-jawaban responden dibandingkan kondisi aktualnya. Dari total 48 responden, citra tubuh negatif lebih mendominasi yaitu sejumlah 28 responden atau 58,3%. Keadaan ini merupakan akibat dari keyakinan akan bentuk tubuh ideal responden yang tidak sama dengan bentuk tubuh aktualnya. Citra tubuh negatif diakibatkan oleh kepercayaan diri yang minim.

Berdasarkan penelitian Figgurer Ratinrg Scaler, sebagian besar jawaban antara nomor satu dan nomor dua bervariasi. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar reseptor membentuk otot tubuh yang negatif. Jawaban untuk pertanyaan pertama menunjukkan gambaran tubuhnya saat tidur, sedangkan jawaban untuk pertanyaan kedua menunjukkan gambaran tubuh yang mengilhami rasa ingin tahu dan harapan, yang melawan harapan. Jika ciri-ciri tubuh disesuaikan dengan harapan, ciri-ciri tubuh akan berubah.

Citra tubuh adalah sebagian dari penggambaran bentuk tubuh yang dapat menentukan dan memunculkan kepercayaan diri individu, maka dapat memiliki pengaruh terhadap cara individu atau seseorang melihat dirinya. Pengaruh tubuh itu dapat menafsirkan seseorang akan menilai dirinya secara positif atau negatif, jika seseorang dapat menilai dirinya pada suatu posisi sebab dia demikian akan merasa percaya diri. Seseorang dengan citra tubuh positif memiliki perilaku yang memuaskan dari penerimaan diri terhadap bentuk tubuhnya, dan menghargai dengan yang diinginkan seseorang seperti merasa nyaman dan percaya diri (Sumanty *et al*, 2018). Orang yang memiliki citra tubuh yang negatif tidak akan senang dengan tubuhnya. Ciri-ciri tubuh negatif dapat bertahan hingga waktu yang lama. Seperti wanita muda dengan tubuh yang besar atau terlalu kurus dari ukuran aslinya, diet dan olahraga yang berlebihan akan mengubah bentuk tubuh mereka. Persepsi tubuh remaja ini dapat

berdampak negatif pada kesehatan fisik dan mental.

Hal yang sering terjadi pada remaja putri dengan melakukan kegiatan ekstrim seperti diet ketat dengan mengkonsumsi pil langsing, berolahraga berlebihan untuk mencapai tubuh ideal tanpa memperhatikan keamanan dari aktifitas yang dilakukannya (Bimantara *et al*, 2019).

Citra tubuh negatif dapat berpengaruh pada perilaku makan, menurut Adriyanto *et al* (2018) bahwa pada remaja yang memiliki citra tubuh negatif cenderung memiliki perilaku makan yang tidak baik dan pola konsumsi yang tidak seimbang dapat mengakibatkan tidak seandainya pasokan asupan energi yang masuk ke tubuh dan dikeluarkannya energi untuk melakukan aktivitas sehari-hari yang akan berdampak pada status gizi remaja (Adriyanto *et al*, 2018)

2. Pengetahuan gizi

Penelitian ini diukur dengan menggunakan kuesioner pengetahuan gizi yang berisi 25 pertanyaan dengan tipe pertanyaan Skala Guttman. Berdasarkan hasil terdapat dari 48 responden umumnya berpengetahuan gizi kurang yaitu 26 orang (54,2%), responden dengan pengetahuan gizi yang cukup 14 responden (29,2%) serta sedikitnya responden yang memiliki pengetahuan gizi yang baik yaitu hanya 8 responden (16,7%). Sehingga sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh ayyubi (2023) yang dilakukan di SMAN 6 Tambun selatan bekasi bahwa lebih banyak responden dengan hasil umumnya yaitu pengetahuan gizi kurang.

Salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi remaja adalah pengetahuan gizi. Pengetahuan gizi juga dapat membentuk sikap dan perilaku seseorang itu dalam pemilihan asupan sehari dengan akhirnya berpengaruh dalam keadaan status gizi. Bila pengetahuan gizi kurang baik dapat menyebabkan pemilihan makanan yang akan menyebabkan adanya masalah kecerdasan dan produktivitas. Serta tingkat pengetahuan gizi yang baik dapat mengubah persepsi negatif remaja terhadap bentuk bentuknya, dimana remaja akan lebih memperhatikan asupan makan yang bergizi seimbang untuk tubuhnya dan berpikir ulang apabila melakukan diet ketat, sehingga persepsi negatif tentang citra tubuhnya tidak akan menjadi penghalang bagi mereka untuk tetap mendapatkan asupan gizi yang baik dan cukup sehingga berdampak pada status gizi yang normal (Permata,2021).

jika tubuh menerima nutrisi yang tepat dari asupannya, status gizi akan optimal atau baik. Jika tubuh menerima asupan yang kurang dari satu atau lebih zat gizi penting, maka status gizi akan menjadi kurang. Jika tubuh menerima asupan yang berlebihan, hal ini dapat menyebabkan efek yang tidak baik atau berbahaya (Fadilla, 2022).

3. Status gizi

Penilaian status gizi pada penelitian ini menggunakan alat yaitu timbangan untuk mengukur berat badan dan microtoice untuk tinggi badan. Responden remaja dengan rentang usia 16-18 tahun diukur dan didapatkan hasil perhitungan status gizi dengan Z-Score IMT/U, perhitungan ini diukur menggunakan data antropometri untuk mendapatkan hasil status gizi dan dibutuhkan acuan dari usia responden. Perhitungan status gizi yang didapatkan akan dibandingkan oleh standar baku atau nilai median dari setiap umur sehingga akan mendapatkan nilai Z-score IMT/U. setelah itu adanya pengkategorian dari setiap kelompok status gizi dengan 5 klasifikasi, yaitu Sangat kurus: <-3 SD, Kurus: -2 SD sampai <-1 SD, Normal: -1 SD sampai 1 SD, Gemuk: >1 SD sampai <2 SD, dan Obesitas: >2 SD (permenkes,2020).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa responden yang memiliki status gizi normal berjumlah 23 responden (47,9%), dan status gizi kurus 3 responden (6,3%) dan sangat kurus 4 orang (8,3%) dan status gizi lebih dan obesitas 18 orang (37,5%). Dengan ini didapatkan bahwa mayoritas responden memiliki status gizi baik, sejalan dengan penelitian Bimantara *et al* (2019) bahwa menunjukkan ada lebih banyak responden yang mempunyai status gizi normal (baik) dengan 71% hasil status gizi responden.

Responden dalam penelitian ini memiliki pantangan dalam pemilihan konsumsi makanan untuk mendapati hasil status gizi optimalnya, disebabkan oleh pengaruh sosial dan dipertimbangkannya ketersediaan makanan dalam sehari-hari responden dirumahnya. Sejalan dengan faktor yang dapat mempengaruhi status gizi pada kategori usianya yaitu dalam pola konsumsi yang tidak baik dengan penolakan terhadap makanan akibat pengaruh sosial terhadap ajakan diet promosi produk, dan konsep berpikir terkait gizi seimbang yang kurang. Motivasi yang timbul pada remaja biasanya akibat lingkungan untuk diakui eksistensinya dengan berat badan ideal hingga memunculkan rasa puas. (Oktaviani, 2019).

b. Analisis Bivariat

1. Hubungan antara Body image dengan Status gizi

Berdasarkan tabulasi silang menunjukkan bahwa responden memiliki hasil negatif pada body image tidak hanya berada diresponden yang memiliki status gizi lebih, tetapi terjadi juga pada responden yang memiliki status gizi normal. Hal ini menunjukkan pada responden selalu menganggap bahwa ukuran tubuhnya menjadi semakin membesar dari ukuran aktualnya. Hasil statistik uji korelasi kotigensi menunjukkan bahwa body image berhubungan signifikan dengan status gizi nilai p value 0,03 ($p < 0,05$ yang artinya bahwa status gizi salah satunya dipengaruhi oleh body image, hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Salsabilla tahun 2018, menyatakan bahwa body image merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi remaja dengan nilai p -value: 0.000.

Pada tabel sebagian responden yang memiliki body image yang negatif memiliki status gizi obesitas (28,5%) dan body image negatif memiliki status gizi normal (32,1%). Hal ini sejalan dengan penelitian (Dewi *et al*, 2020) menunjukkan hasil bahwa remaja yang memiliki body image negatif sebagian besar memiliki status gizi obesitas dan normal sebesar 44%. Semakin negatif body image maka status gizinya semakin tidak normal (obesitas). Body image yang negatif rata-rata terjadi pada responden dengan status gizi obesitas dan normal. Pada penelitian ini, dari 10 responden yang memiliki status gizi obesitas sebanyak 8 responden memiliki body image yang negatif. Hal tersebut terjadi karena responden merasa ukuran tubuhnya sangat besar. Sedangkan sebagian besar responden memiliki status gizi normal dan mempunyai body image yang positif 14 responden (70 %). Hal ini menunjukkan remaja yang memiliki body image yang positif akan merasa tubuh dan penampilannya menarik, perasaan tersebut timbul karena remaja memiliki rasa percaya diri yang tinggi dan seseorang yang memiliki body image yang positif juga terdorong untuk berperilaku sehat. Sehingga dalam penelitian ini seseorang yang memiliki body image positif cenderung memiliki status gizi yang normal.

Pada data sekunder yang didapatkan dilapangan bahwa remaja tersebut merasa tidak percaya diri dengan bentuk tubuh saat ini. Ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh pada remaja dengan menganggap tubuhnya terlalu gemuk membuat remaja

melakukan upaya penurunan berat badan dengan cara yang salah, sehingga hal tersebut akan mempengaruhi status gizinya. Ketidakpuasan tersebut dikarenakan responden merasa tubuhnya terlalu gemuk dan terdapat beberapa bagian tubuh (misalnya lengan, paha) yang tidak sesuai dengan ukuran tubuhnya sehingga terlihat tidak proporsional (Ovita *et al*, 2019). Hal ini dapat membuat remaja merasa tidak puas dengan penampilan fisik mereka dan merasa terpaksa untuk mengubah penampilan mereka agar sesuai dengan standar dikalangan remaja (Yushinta *et al*, 2019).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Bimantara, *et al* (2019) yang berjudul “Hubungan Citra Tubuh dengan Status Gizi pada Siswi di SMA Negeri 9 Surabaya” dengan hasil menunjukkan terdapat hubungan antara citra tubuh dengan status gizi pada siswi di SMA Negeri 9 Surabaya ($p < 0,001$). Dan sejalan juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Yusintha *et al*, tahun 2018 yang berjudul “Hubungan Antara Perilaku Makan dan Citra Tubuh dengan Status Gizi Remaja Putri Usia 15-18 Tahun” menunjukkan hasil terdapat adanya hubungan antara citra tubuh ($p = 0,002$) dengan status gizi remaja putri usia 15-18 tahun. Hasil body image ini dapat berpengaruh pada perilaku makan, menurut (Norma *et al*, 2018) bahwa pada remaja yang memiliki citra tubuh negatif cenderung memiliki perilaku makan yang tidak baik dan pola konsumsi yang tidak seimbang dapat mengakibatkan tidak seandainya pasokan asupan energi yang masuk ke tubuh dan dikeluarkannya energi untuk melakukan aktivitas sehari-hari yang akan berdampak pada status gizi remaja.

Dan berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Hasannah *et al* (2022) yang berjudul “Hubungan pengetahuan gizi, body image, dan konsumsi makanan cepat saji dengan status gizi remaja putri di SMA kecamatan Gresik” menunjukkan hasil tidak terdapat hubungan antara body image dengan status gizi dengan P Value $0,445 > 0,05$. Persepsi body image bisa mempengaruhi remaja untuk mempertahankan dan merubah status gizi yang dimiliki oleh setiap individu, penelitian yang telah didapatkan adanya subjek memiliki status gizi normal itu juga mempunyai body image negatif, hasil penelitiannya memperlihatkan pada responden remaja memiliki tubuh ideal, akibat tidak menjaga bentuk badannya karena merasa kurang puas dan cenderung menilai ukuran padat tubuhnya (Ripta, 2023).

2. Hubungan antara Pengetahuan gizi dengan Status gizi

Pada uji hubungan dengan menggunakan uji statistik Gamma dan didapatkan hasil nilai p value $0,054 (p > 0,05)$, menunjukkan hasil tidak adanya hubungan antara pengetahuan gizi dengan status gizi di SMAN 02 Muaradua Oku Selatan. Pada penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Fadillah (2022) menunjukkan bahwa pengetahuan gizi tidak berhubungan dengan status gizi nilai $p = 0,823 (p > 0,05)$ Tingkat pengetahuan gizi seseorang akan mempengaruhi sikap dan perilaku seseorang dalam pemilihan makanan yang akhirnya akan berpengaruh pada keadaan gizi orang tersebut. Perbedaan pengaruh pengetahuan gizi terhadap status gizi ini menjelaskan bahwa pengetahuan gizi bukanlah faktor sebab-akibat secara langsung yang menentukan status gizi seseorang (Hasannah *et al*, 2022).

Responden dalam penelitian ini merupakan remaja yang dalam pemilihan makanannya belum tergantung pada pengetahuan gizinya sehingga menyebabkan pengetahuan gizi tidak menjadi faktor yang mempengaruhi status gizi remaja. Pernyataan tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Intantiyana *et*

al,2018) dengan hasil tidak terdapat hubungan antara pengetahuan gizi seimbang dengan kejadian obesitas pada remaja putri gizi lebih dimana 47 dari 67 respondennya yang memiliki pengetahuan gizi baik justru memiliki status gizi gemuk dan obesitas. Pola konsumsi dan pemilihan makanan remaja dipengaruhi oleh banyak faktor, antara lain faktor sosial ekonomi, faktor aktivitas fisik, dan penyakit-penyakit infeksi (Intantiyana *et al* ,2018). Hal ini penyebab tidak terdapatnya hubungan pengetahuan gizi dengan status gizi dikarenakan pengetahuan tidak memberi pengaruh secara langsung terhadap asupan gizi, sementara status gizi secara langsung dipengaruhi oleh penyakit infeksi dan asupan zat gizi dan kedua variabel tersebut tidak diteliti dalam penelitian ini (Ardin, 2018).

Berbeda dengan penelitian yang dilakukan di India oleh Bhuiyan (2020) pada remaja menunjukkan signifikan hubungan pengetahuan gizi dengan sikap dan praktik ($p < 0,001$, $p = 0,005$). Demikian, perkembangan pada gadis remaja, ada korelasi yang signifikan ditunjukkan pada variabel pengetahuan dan status gizi ($p = 0,002$). Serta pada penelitian yang dilakukan Puji (2020) pada siswi MTS Darul Ulum Pengetahuan gizi yang baik dapat mempengaruhi sikap dan perilaku makan pada siswa akan membuat kualitas makannya menjadi baik. pengetahuan gizi individu dipengaruhi dari sikap dengan perilaku dalam kondisi saat memilih makanan yang akan mempengaruhi kondisi status gizi remaja (Damayanti, 2016).

Jayanti dkk . (2017) menyatakan bahwa pengetahuan tentang gizi dapat membantu anak-anak mengonsumsi makanan yang baik dan sehat. Makan dengan gizi membantu menjaga kesehatan. Masalah yang dapat muncul karena kesehatan yang tidak terjaga dapat menyebabkan kematian bagi remaja yang terluka. Remaja yang terluka dapat dibantu untuk menjaga kesehatannya dan tetap hidup dengan kesadaran dan pengetahuan tentang kesehatan. Penyakit yang dihadapi oleh remaja berada pada masalah gizi ganda (double burden) yaitu gizi kurang dan lebih.

KESIMPULAN

Berdasarkan penerlitan yang telah dilakukan mengenai hubungan body image dan pengetahuan gizi dengan status gizi pada murid di SMAN 02 Muaradua Oku Selatan dengan kesimpulan sebagai berikut:

1. Hasil responden mayoritas memiriririr body image negatif sebanyak 56,3% dibandingkan hasil body image positif sebanyak 41,7%.
2. Hasil menunjukkan mayoritas responden yang memiriririr pengetahuan gizi kurang sebanyak 54,2%.
3. Hasil responden mayoritas memiriririr status gizi normal 47,9%.
4. Adanya hubungan antara body image dengan status gizi siswa di SMAN 02 Muaradua Oku Selatan, Sumatera Selatan dengan nilai p value 0,03 ($p < 0,05$).
5. Tidak adanya hubungan antara pengetahuan gizi dengan status gizi siswa di SMAN 02 Muaradua Oku Selatan, Sumatera Selatan dengan nilai p value 0,054 ($p > 0,05$).

DAFTAR PUSTAKA

- Adirnda, D., Sudaryatir, Er., & Siragiran, A. (2019). Gambaran keribasaan makan, body image dan status gizi remaja putri di SMK Negeri 2 Sirbolga. *Sci Periodic Public Herald Coast*, 2(1).
- Afirfah, N. (2021). Asupan Lemak, Asupan Serat, Persepsi Body image, dan Status Gizi Siswa SMA Kesatrian 1 Semarang. Semarang: UIN Walisongo Semarang

- Agustirningstirh, N., Rohmir, F., & Rahayu, Y. Er. (2020). Hubungan body imager derngan harga dirrir pada remaja putrir usira 16-18 tahun. *Jurnal Irlmu Kerserhatan*, 8(2), 109–115.
- Akbar, D. M., & Airdha, Z. (2020). Perrilaku Pernerrapan Girzir Seririmbang Masyarakat Kota Birnjair Pada Masa Pandermir Covird-19 Tahun 2020. *Jurnal Mernara Merdirka*, 3(1), 15–21.
- Alirvira Norma Yusirnth, & Adriryanto Adriryanto. (2018). Hubungan Antara Perrilaku Makan dan Cirtra Tubuh derngan Status Girzir Rermaja Putrir Usira 15-18 Tahun. *Amerrta Nutririron*, 2(2), 147–154. <https://doi.org/10.2473/amnt.v2ir2.2018.147-154>
- Astirmir, N. N. A. D., & Gozalir, W. (2021). Body Irmager Serbagair Faktor Pernerntu dalam Mernirngkatkan Status Girzir Rermaja Putrir. *Irnternational Journal of Natural Scierncer and Erngirererrirng*, 5(1), 1–7. <https://doi.org/10.23887/irjnser.v5ir1.31382>
- Aulira, N. R. (2021). Perran Perngetahuan Girzir Terrhadap Asupan Ernerrgir, Status Girzir Dan Sirkap Terntang Girzir Rermaja. *Jurnal Irlmirah Girzir Dan Kerserhatan (JirGK)*, 2(02), 31–35. <https://doi.org/10.46772/jirgk.v2ir02.454>
- Ayyubir, H. G. Hubungan body imager dan tirngkat pernggetahuan girzir terrhadap status girzir dir SMAN 6 Tambun Serlatan Berkasir.
- Bhuiryran, Farjana. (2020). Nutririronal Status and Nutririron-Relaterd knowlerdger Among Urban Adolerscernt Girrls irn Bangladersh. *Irnternational Journal of Nutririron*. 6. 10.14302/irssn.2379-7835.irjn-20-3606.
- Chirntya Derwir, W., & Nursantir, Er. (2022). Body Irmager Derngan Harga Dirrir Pada Wanirta Derwasa Awal Perngguna Skirncarer (Perrawatan Wajah). *IrDERA: Jurnal Psirkologir*, 6(2), 66–74. <https://doi.org/10.32492/irdera.v6ir2.6202>
- Damayantir, Aderlirna Erlsa. (2016). Hubungan Cirtra Tubuh, Aktirvirtas Firsirk, dan Perngetahuan Girzir Seririmbang derngan Status Girzir Rermaja Putrir. *Skirrsir. Program Studir Kerserhatan Masyarakat. Fakultas Kerserhatan Masyarakat. Unirverrsirtas Airrlangga. Surabaya*
- F. Muchtar Sabrirn D. Erfferndy, H. Lerstarir, H. B. (2022). Perngukuran status girzir remaja putrir serb3agair upaya perncergahan masalah girzir dir. *Terrakredirtasir Sirnta*, 5(1), p. <http://erjournal.mandalanursa.org/irnderx.php/PB/irssuer/archirver>
- Fadirllah. (2022). Hubungan Perngetahuan Girzir, Cirtra Tubuh, Dan Durasir Tirdur Derngan Status Girzir Santrir Pondok Persantren. *Skirrsir*. <https://erprints.walisongo.ac.ird/ird/erprint/16334/>
- Hamdanir, D. (2019). Hubungan Cirtra Tubuh Dan Perngetahuan Girzir Seririmbang Derngan Status Girzir Rermaja Dir Sltip Nergerrir 2 Wungu Madirun. *Skirrsir*, 1–92. <http://repository.stirkers-bhm.ac.ird/643/1/1.pdf>
- Hasanah, Z., Sholirkhah, D. M., & Supriratirningrum, D. N. (2022). Hubungan Perngetahuan Girzir, Body Irmager Dan Konsumsir Makanan Cerpst Sajir Derngan Status Girzir Rermaja Putrir Dir Sma Kercamatan Gersirk. *Ghirdza Merdira Jurnal*, 4(1), 45. <https://doi.org/10.30587/ghirdzamerdirajurnal.v4ir1.4627>
- Herrmiratir, D., & Ramlirs, R. (2021). Hubungan Berrat Badan Derngan Gambaran Cirtra Tubuh Pada Sirswir Sman 1 Kota Berngkulu. *Journal of Nursirng and Publirc Heralth*, 9(1), 22–26. <https://doi.org/10.37676/jnph.v9ir1.1432>
- IrDAIr. 2013. Nutrirsir pada remaja. Diraksers pada 7 Agustus 2022 darir <http://irdair.or.ird/publirc-artirclers/serputar-kerserhatan-anak/nutrirsir-padareremaja.html>.
- Irndramayu, B. K. (2020). Dalam Angka Dalam Angka. Kota Bukirtirnggir Dalam Angka, 01, 1–68.
- Irndrasarir, O. R., & Sutirkno, Er. (2020). Faktor Yang Mernperngaruhir Status Girzir Rermaja Usira 16-18 Tahun. *Jurnal Kerserhatan Irndonersira (Ther Irndonersiran Journal of Heralth)*, 10(3), 128–132.
- Irntantiryana, M., Wirdajantir, L., & Rahfirludirn, M. Z. (2018). Hubungan Cirtra Tubuh, Aktirvirtas Firsirk dan Perngetahuan Girzir Seririmbang derngan Kerjadiran Obersirtas pada Rermaja Putrir Girzir Lerbirh dir SMA Nergerrir 9 Kota Sermarang. *Jurnal Kerserhatan Masyarakat*, 6(5).

- Jayantir, Y. D., & Novananda, N. Er. (2017). Hubungan Pengetahuan Tentang Gizi Serimbang Dengan Status Gizi Pada Remaja Putri Kelas X di Akuntansi 2 (Dir Smk Pgr 2 Kota Kerinci). *Jurnal Kerbidanan*, 6(2), 100-108.
- Kirm, H. Y., & Jung, H. J. (2019). Nutritional knowledge and dietary behavior in middle-aged and elderly women. *Nutrients*, 11(4), 771. doi: 10.3390/nu11040771
- Lerstarir, P. (2020). Hubungan pengetahuan gizi, asupan makanan dengan status gizi siswa Mts Darul Ulum. *Sport and Nutrition Journal*, 2(2), 73-80
- Margiyantir, N. J. (2021). Analisis Tingkat Pengetahuan, Body Mass Index dan Pola Makan terhadap Status Gizi Remaja Putri. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 10(1), 231. <https://doi.org/10.36565/jab.v10i1.341>
- Merrita, M., Hamzah, N., & Djayusmantoko, D. (2020). Persepsi Citra Tubuh, Kecenderungan Gangguan Makan Dan Status Gizi Pada Remaja Putri Di Kota Jambi. *Journal of Nutrition Collage*, 9(2), 81–86. <https://doi.org/10.14710/jnc.v9i2.24603>
- Muhammad Dirmas Birmantara, Merryana Adriani, & Derwin Rertno Sumirna. (2019). Hubungan Citra Tubuh dengan Status Gizi pada Siswa SMA Negeri 9 Surabaya. *Amerita Nutrition*, 3(2), 85–88. <https://doi.org/10.2473/amnt.v3i2.2019.85-88>
- Muliyatir, H., Ahmir, & Mandola, L. (2019). CHMCK MIRDWIRFERRY SCIERNTIFIRCI JOURNAL HUBUNGAN CITRA TUBUH , AKTIVITAS FISIK , DAN PENGETAHUAN GIZI SERBANG DENGAN STATUS GIZI REMAJA PUTRI Herptir Muliyatir , Ahmir , Lastrir Mandola NUTRITION KNOWLEDGE WITH NUTRITIONAL STATUS OF YOUNG WOMEN CHMCK MIRDWIRFERRY SCIERNTIFIRCI Journal, 2(1), 22–32.
- Nirlawatir, S. (2023). Hubungan Antara Perilaku Makan dan Body Mass Index Dengan Status Gizi Mahasiswa Putri Kerpewatan Universtas Putra Abadi Langkat. *Jurnal Multidisiplin Ilmu*, 2(2), 405–411.
- Norma, Er. P., & Adiriyanto, A. (2018). Gambaran citra tubuh dan status gizi remaja putri yang tinggal di asrama di Kota Yogyakarta. *Jurnal Gizi Indonesia*, 7(1), 31-38. doi: 10.14710/jgir.7.1.31-38
- Ovirta, A. N., Harmantir, N. M., & Amirn, N. (2019). Hubungan Body Mass Index dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Remaja Putri kelas VI di SMPN 20 Surabaya. *Sport and Nutrition Journal*, 1(1), 27–32.
- Permata, V. F. Hubungan Body Mass Index dan Pengetahuan Gizi Dengan Status Gizi Remaja Putri di MADRASAH ALYAH NEGERI 1 OKU.
- Pertirwir, A. Y., & Ansyah, Er. H. (2022). The Relationship Between Body Mass Index and Confirmed High School Teenage Girls. *Academica Opera*, 6, 1–10. <https://doi.org/10.21070/acopern.6.2022.2625>
- Purwanto, N. (2019). Variabel Dalam Penelitian Perilaku. *Jurnal Terknodir*, 6115, 196–215. <https://doi.org/10.32550/terknodir.v0i0.554>
- Rahmawati, L. (2021). Hubungan antara Pengetahuan Gizi dan Kebiasaan Konsumsi Jajanan Ringan dengan Status Gizi pada Anak Usia Sekolah Dasar di Kecamatan Kanor Kabupaten Bojonegoro. *Skripsi*.
- Rahman, A., Budir Prastirani, D., & Khasanah, U. (2023). Hubungan Body Mass Index Dengan Pola Makan Remaja Putri. *Blantik: Multidisiplinary Journal*, 1(1), 106–113. <https://doi.org/10.57096/blantik.v1i1.24>
- Ramanda, R., Akbar, Z., & Wirrastir, R. A. M. K. (2019). Studi Perpustakaan Mengenai Landasan Teori Body Mass Index Bagi Perkembangan Remaja. *JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling*, 5(2), 121. <https://doi.org/10.22373/jer.v5i2.5019>
- Ripta, F., Siragiran, M., Wau, H., & Manalu, P. (2023). Persepsi Body Mass Index Dan Status Gizi Pada Remaja. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 19(1), 19-26.
- Roring, N. M., Posangir, J., & Manampiring, A. Er. (2020). Hubungan antara pengetahuan gizi, aktivitas fisik, dan intensitas olahraga dengan status gizi. *Jurnal Biomedik:JBM*, 12(2), 110. <https://doi.org/10.35790/jbm.12.2.2020.29442>

- Salsabirlla, H., Syah, M. N. H., & Asna, A. F. (2018). Hubungan Cirtra Tubuh dengan Status Gizi pada Remaja di STIKERS Mirtra Kerluarga. *Nutrisi Diratirta*, 10(1), 66-74.
- Sasongko, T. H., Zerim, R. A., & Sarir, A. A. (2018). Association between nutritional knowledge and nutritional intake in adolescents: A cross-sectional study. *Nutrients*, 10(10), 1478. doi: 10.3390/nu10101478
- Subardjo, R. Y. S., & Derwir, A. D. A. (2021). The Relationship Between Body Image, Anemic Status, and Nutritional Status in Adolescents. In *International Conference on Health and Medical Sciences (AHMS 2020)* (pp. 280-284). Atlantis Press.
- Utari, D., Rohmanir, N., & Prabasiwir, A. (2022). Peningkatan Pengetahuan Gizi Seragam Anak Usia Sekolah dengan Metode Riset Pustaka. *Perkembangan : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 19–28. <http://openjournal.unpam.ac.id/index.php/Perkomas>
- Verronirka, A. P., Puspirtawatir, T., & Fitriani, A. (2021). Association between nutritional knowledge, protein-energy intake and nutritional status of adolescents. *Journal of public health research*, 10(2), jphr-2021.
- Wirdnatusifah, Er., Battung, S., Bahar, B., Jafar, N., & Amalira, M. (2020). Gambaran Asupan Zat Gizi Dan Status Gizi Remaja Pengungsi Kota Palu. *Jurnal Gizi Masyarakat Indonesia: The Journal of Indonesian Community Nutrition*, 9(1), 17–29. <https://doi.org/10.30597/jgm.v9i1.10155>
- Yam, J. H., & Taufik, R. (2021). Hipotesis Perilaku Kuantitatif. *Perspektif: Jurnal Ilmu Administrasi*, 3(2), 96-102.
- Yulisma, A., & Aulira Pratirwir, R. (2022). Hubungan Body Image Dengan Status Gizi Pada Remaja Putri di Gampong Pasar Kecamatan Tapaktuan Kabupaten Aceh Serlan Tahun 2020. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 8(2), 1655–1663.
- Yulzami, N., Sukmawati, R., & Kurniadi, D. (2019). Vol. 1 No.4 Edisi 2 Juli 2019 <http://jurnal.ernsirkloperdiraku.org> *Journal of Journal. Jurnal EMBA*, 1(4), 153–157.
- 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 Kesehatan*, 12(1), 344–351. <https://doi.org/10.20473/mgk.v12i1.2023.344-351>.