

ABSTRAK

“HUBUNGAN CITRA TUBUH (*BODY IMAGE*) DAN PENGETAHUAN GIZI SEIMBANG DENGAN STATUS GIZI REMAJA PUTRI USIA 15-19 TAHUN DI DESA BANJARSARI KECAMATAN CERME KABUPATEN GRESIK”

Masa remaja adalah masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa. Pada masa remaja mulai memperhatikan penampilan tubuhnya khususnya remaja putri. Upaya yang dilakukan untuk menunjang penampilannya salah satunya yaitu dengan mengurangi berat badan dengan cara membatasi frekuensi dan jumlah makan, hal ini akan berdampak pada status gizi remaja putri yaitu kurang energi kronis (KEK). Hasil Riskesdas (2018), menunjukkan prevalensi KEK tertinggi berdasarkan karakteristik umur ditemukan pada kelompok usia 15-19 tahun sebesar 36,3%. Banyak faktor yang mempengaruhi status gizi remaja seperti citra tubuh dan pengetahuan gizi seimbang. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara citra tubuh dan pengetahuan gizi seimbang dengan status gizi remaja putri. Jenis penelitian ini adalah observasional analitik menggunakan studi *cross sectional*. Teknik pengumpulan data yang dilakukan adalah wawancara, dengan kuesioner sebagai instrumennya, dan status gizi diukur berdasarkan lingkaran lengan atas. Sampel pada penelitian ini adalah remaja putri sebanyak 65 responden yang diambil secara *simple random sampling*. Analisa data dilakukan menggunakan uji *Spearman*. Hasil penelitian ini menunjukkan sebagian responden memiliki citra tubuh negatif (50,8%), pengetahuan gizi seimbang cukup (58,5%), dan status gizi KEK (52,3%). Hasil uji statistik memperlihatkan ada hubungan yang signifikan antara citra tubuh ($p = 0,000$), pengetahuan gizi seimbang ($p = 0,000$) dengan status gizi remaja putri. Berdasarkan hasil penelitian ini disimpulkan bahwa citra tubuh dan pengetahuan gizi seimbang berhubungan dengan status gizi remaja putri. Oleh sebab itu perlu adanya edukasi mengenai persepsi citra tubuh yang benar dan pengetahuan gizi seimbang yang baik sehingga dapat menunjang status gizi remaja menjadi lebih baik.

Kata Kunci : Citra tubuh, Pengetahuan, Gizi Seimbang, Kurang Energi Kronis, Remaja Putri

ABSTRACT

"BODY IMAGE RELATIONSHIP AND BALANCED NUTRITION KNOWLEDGE WITH ADOLESCENT NUTRITION STATUS OF 15-19 YEARS OLD IN DESA BANJARSARI KECAMATAN CERME KABUPATEN GRESIK"

Adolescence is a period of transition from children to adulthood. During adolescence, she began to pay attention to her body appearance, especially for a adolescent girls. One of the efforts made to support her appearance was by reducing body weight by limiting the frequency and amount of eating, this would have an impact on the nutritional status of adolescent girls, namely chronic energy deficiency (CED). The results of Riskesdas (2018) show that the highest prevalence of CED based on age characteristics was found in the 15-19 year age group at 36.3%. Many factors affect the nutritional status of adolescents such as body image and knowledge of balanced nutrition. This research aims to analyze the relationship between body image and knowledge of balanced nutrition with the nutritional status of adolescent girls. This type of research is analytic observational using cross sectional study. Data collection techniques used were interviews, with a questionnaire as the instrument, and nutritional status was measured based on the circumference of the upper arm. The sample in this research were 65 adolescent girls who were taken by simple random sampling. Data analysis was performed using the Spearman test. The results of this reasearch indicate that some respondents have a negative body image (50.8%), knowledge of sufficiently balanced nutrition (58.5%), and nutritional status of CED (52.3%). The results of statistical tests showed that there was a significant relationship between body image ($p = 0.000$) and knowledge of balanced nutrition ($p = 0.000$) with the nutritional status of adolescent girls. Based on this research, it can be concluded that body image and knowledge of balanced nutrition are related to the nutritional status of adolescent girls. Therefore it is necessary to have education regarding the perception of correct body image and knowledge of good balanced nutrition so that it can support the nutritional status of adolescents for the better.

Keywords: Body image, Knowledge, Balanced Nutrition, Chronic Energy Deficiency, Adolescent Girl