

**HUBUNGAN ASUPAN GIZI MAKRO DAN *BODY IMAGE* TERHADAP
STATUS GIZI DAN KEJADIAN KEK PADA REMAJA PUTRI
(Studi Kasus di SMAN 17 Kota Bandung)**



SKRIPSI

diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar sarjana Gizi

Oleh:

Siti Husnaini Rizkia

2100043

**PROGRAM STUDI GIZI
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2025**

Hubungan Asupan Gizi Makro dan *Body Image* terhadap Status Gizi dan Kejadian KEK pada Remaja Putri (Studi Kasus di SMAN 17 Kota Bandung)

Oleh
Siti Husnaini Rizkia

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Gizi pada Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

© Siti Husnaini Rizkia 2025
Universitas Pendidikan Indonesia
Mei 2025

Hak Cipta dilindungi undang-undang.
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian,
dengan dicetak ulang, difoto kopi, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

SITI HUSNAINI RIZKIA
HUBUNGAN ASUPAN GIZI MAKRO DAN *BODY IMAGE* TERHADAP
STATUS GIZI DAN KEJADIAN KEK PADA REMAJA PUTRI
(Studi Kasus di SMAN 17 Kota Bandung)

disetujui dan disahkan oleh pembimbing:

Pembimbingan I



Hurry Mega Insani, S.Pd., M.Si
NIPT. 920200419930718201

Pembimbing II



Ahdiyatul Fauza, S.Gz., M.Gz.
NIPT. 920200419930504201

Mengetahui,

Ketua Program Studi Gizi



Widya Astuti, S.Gz., M.Si.
NIPT. 920200419930102201

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI DAN BEBAS PLAGIARISME

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Siti Husnaini Rizkia
NIM : 2100043
Program Studi : S1 Gizi
Judul Karya : Hubungan Asupan Gizi Makro dan *Body image* terhadap Status Gizi dan Kejadian KEK pada Remaja Putri (Studi Kasus di SMAN 17 Kota Bandung)

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Hubungan Asupan Gizi Makro dan *Body image* terhadap Status Gizi dan Kejadian KEK pada Remaja Putri (Studi Kasus di SMAN 17 Kota Bandung)” ini beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan.

Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko/sanksi apabila di kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Bandung, 16 Mei 2025



Siti Husnaini Rizkia
NIM 2100043

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmannirahim

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT karena berkat rahmat dan izin-Nya penulis mampu menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Asupan Gizi Makro dan *Body image* terhadap Status Gizi dan Kejadian KEK pada Remaja Putri” sesuai batas waktu yang telah ditetapkan. Pembuatan skripsi ini ditujukan untuk memenuhi sebagian syarat guna memperoleh gelar Sarjana Gizi, Program Studi Gizi, Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia. Penyusunan skripsi ini tentu tidak lepas dari bantuan, dukungan, dan doa dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan sedalam-dalamnya kepada:

1. Prof. Agus Rusdiana, S.Pd., M.A., Ph.D., selaku Dekan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia atas arahannya selama menjalani proses akademik.
2. Ibu Widya Astuti, S.Gz., M.Si., selaku Ketua Program Studi Gizi, yang telah memfasilitasi dan mendukung kelancaran studi penulis.
3. Ibu Hurry Mega Insani, S.Pd., M.Si. dan Ibu Ahdiyatul Fauza, S.Gz., M.Gs., selaku dosen pembimbing skripsi, atas bimbingan, arahan, dan motivasi yang diberikan selama penyusunan skripsi ini.
4. Ibu Dr. Syifa F. Syihab, S.TP., M.Si, selaku dosen penguji yang telah memberikan masukan dan saran yang sangat berarti dalam penyempurnaan skripsi ini.
5. Seluruh dosen dan staf akademik Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, atas ilmu dan pelayanan selama penulis menempuh pendidikan.
6. Lembaga pemerintah, lembaga sosial dan SMAN 17 Kota Bandung yang telah memberikan izin, dukungan, dan fasilitas sebagai tempat pelaksanaan penelitian, sehingga proses pengumpulan data dapat berjalan dengan lancar.
7. Seluruh responden yang telah bersedia meluangkan waktu dan memberikan informasi yang berharga dalam penelitian ini.

8. Orang tua tercinta Bapak Agus Wahyudi dan Ibu Siti Sarasati, yang selalu mendoakan, mendukung secara moril maupun materiil, serta menjadi sumber semangat utama dalam menyelesaikan studi ini.
9. Sahabat-sahabat dan rekan seperjuangan, khususnya teman-teman gizi angkatan 21, atas kebersamaan, kerja sama, dan saling menyemangati selama masa perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini.
10. Pihak-pihak lain yang tidak dapat disebutkan satu per satu, yang telah membantu dan memberikan dukungan dalam berbagai bentuk.

Bandung, Mei 2025

Penulis

**HUBUNGAN ASUPAN GIZI MAKRO DAN *BODY IMAGE* TERHADAP
STATUS GIZI DAN KEJADIAN KEK PADA REMAJA PUTRI
(STUDI KASUS DI SMAN 17 KOTA BANDUNG)**

Oleh

Siti Husnaini Rizkia – sitihusnainirizkia3@upi.edu 2100043

ABSTRAK

Masalah status gizi sangat kurus, kurus, dan KEK pada remaja mengalami peningkatan dari tahun 2018 hingga 2023 dimana masalah gizi pada remaja putri usia 16 – 18 tahun meningkat 1,4 kali dan angka prevalensi KEK pada wanita usia subur usia 15 – 19 tahun meningkat 1,15 kali. KEK atau Kekurangan Energi Kronik merupakan kondisi akibat kekurangan asupan energi dalam kurung waktu yang lama. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kondisi tersebut adalah asupan zat gizi makro dan persepsi *body image* pada remaja putri itu sendiri. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan asupan gizi makro dan *body image* terhadap status gizi dan kejadian KEK pada remaja putri. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif desain *cross sectional* dengan teknik pengambilan sampel *Random sampling*. Hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden memiliki status gizi normal dan masih terdapat responden yang mengalami kejadian KEK dengan asupan gizi makro kurang serta persepsi *body image* sedang. Uji korelasi menunjukkan bahwa persepsi *body image* ($p\text{-value}$ 0,011) secara signifikan berhubungan dengan status gizi remaja putri tetapi persepsi *body image* ($p\text{-value}$ 0,090) tidak secara signifikan berhubungan dengan kejadian KEK pada remaja putri. Adapun hasil uji korelasi menunjukkan bahwa asupan gizi makro ($p\text{-value}$ > 0,05) tidak secara signifikan berhubungan dengan status gizi dan kejadian KEK pada remaja putri.

Kata Kunci: Status Gizi, Kejadian KEK, Asupan Gizi Makro, *Body image*

**THE RELATIONSHIP BETWEEN MACRONUTRIENT INTAKE AND BODY
IMAGE ON NUTRITIONAL STATUS AND THE INCIDENCE OF CED IN
ADOLESCENT GIRLS
(CASE STUDY AT SMAN 17 BANDUNG CITY)**

By

Siti Husnaini Rizkia – sitihusnainirizkia3@upi.edu 2100043

ABSTRACT

The nutritional status problems of very thin, thin, and SEZ in adolescents have increased from 2018 to 2023 where the nutritional problems in adolescent girls aged 16 - 18 years have increased 1.4 times and the prevalence rate of CED in women of childbearing age aged 15 - 19 years has increased 1.15 times. CED or Chronic Energy Deficiency is a condition caused by a lack of energy intake over a long period of time. One of the factors that can affect this condition is the intake of macronutrients and the perception of body image in adolescent girls themselves. Therefore, this study was conducted to determine the relationship between macronutrient intake and body image on nutritional status and the incidence of CED in adolescent girls. This type of research is quantitative research cross sectional design with Random sampling technique. The results showed that the majority of respondents had normal nutritional status and there were still respondents who experienced the incidence of CED with insufficient macronutrient intake and moderate body image perceptions. The correlation test shows that body image perception (p-value 0.011) is significantly related to the nutritional status of adolescent girls but body image perception (p-value 0.090) is not significantly related to the incidence of CED in adolescent girls. The correlation test results showed that macronutrient intake (p-value > 0.05) was not significantly associated with nutritional status and the incidence of CED in adolescent girls.

Key Words: Nutritional Status, CED Incidence, Macronutrient Intake, Body image

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI DAN BEBAS PLAGIARISME	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
ABSTRAK	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
DAFTAR SINGKATAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Tujuan Penelitian	3
1.3.1 Tujuan Umum	3
1.3.2 Tujuan Khusus	3
1.4 Manfaat Penelitian	4
1.4.1 Manfaat Praktis.....	4
1.4.2 Manfaat Teoritis.....	4
1.5 Ruang Lingkup Penelitian	4
BAB II KAJIAN PUSTAKA	5
2.1 Status Gizi pada Remaja Akhir.....	5
2.2 Pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT)	6
2.3 Kurang Energi Kronis pada Remaja Putri	7
2.4 Asupan Zat Gizi Makro pada Remaja.....	8
2.5 <i>Body image</i> pada Remaja.....	11
2.6 Penelitian Terkait	13
2.7 Kerangka Teori	15
2.8 Kerangka Konsep.....	16
2.9 Definisi Operasional	17
2.10 Hipotesis Penelitian	18
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	20
3.1 Jenis Penelitian	20
3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian	20
3.3 Populasi dan Sampel.....	20
3.3.1 Populasi	20
3.3.2 Sampel	20
3.3.3 Teknik Penarikan Sampel	21
3.4 Teknik Pengumpulan Data.....	21
3.5 Prosedur Analisis Data.....	23
3.5.1 Pengolahan Data	23
3.5.2 Analisis Data.....	24
3.6 Isu Etik.....	25
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	27
4.1 Hasil.....	27
4.1.1 Karakteristik Responden	27
4.1.2 Status Gizi	29

4.1.3 Kejadian Kekurangan Energi Kronik (KEK)	29
4.1.4 Asupan Gizi Makro.....	30
4.1.5 Persepsi <i>Body image</i>	31
4.1.6 Hubungan Asupan Gizi Makro terhadap Status Gizi pada Remaja Putri.....	31
4.1.7 Hubungan <i>Body image</i> terhadap Status Gizi pada Remaja Putri.....	32
4.1.8 Hubungan Asupan Gizi Makro terhadap Kejadian KEK pada Remaja Putri.....	33
4.1.9 Hubungan <i>Body image</i> terhadap Kejadian KEK pada Remaja Putri.....	34
4.2 Pembahasan	34
4.2.1 Gambaran Karakteristik Responden.....	34
4.2.2 Gambaran Status Gizi Responden	35
4.2.3 Gambaran Kejadian Kekurangan Energi Kronik (KEK) Responden	36
4.2.4 Gambaran Asupan Gizi Makro Responden	36
4.2.5 Gambaran Persepsi <i>Body image</i> Responden	37
4.2.6 Analisis Hubungan Asupan Gizi Makro terhadap Status Gizi..	38
4.2.7 Analisis Hubungan <i>Body image</i> terhadap Status Gizi	39
4.2.8 Analisis Hubungan Asupan Gizi Makro terhadap Kejadian KEK	40
4.2.9 Analisis Hubungan <i>Body image</i> terhadap Kejadian KEK	41
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	43
5.1 Simpulan.....	43
5.2 Saran	43
5.2.1 Saran untuk Responden	43
5.2.2 Saran untuk Penelitian Selanjutnya	43
DAFTAR RUJUKAN	44
LAMPIRAN.....	51

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Status Gizi IMT untuk Usia > 18 tahun	7
Tabel 2.2 Klasifikasi Status Gizi IMT/U untuk Usia 5 - 18 tahun.....	7
Tabel 2.3 Angka Kecukupan Gizi Makro.....	9
Tabel 2.4 Penelitian Terkait.....	13
Tabel 2.5 Definisi Operasional Variabel	17
Tabel 4.1 Karakteristik Responden Penelitian	27
Tabel 4.2 Status Gizi Responden Penelitian	29
Tabel 4.3 Kejadian KEK pada Responden Penelitian.....	30
Tabel 4.4 Asupan Gizi Makro Responden Penelitian	30
Tabel 4.5 Persepsi Body image Responden Penelitian	31
Tabel 4.6 Uji Hubungan Asupan Gizi Makro terhadap Status Gizi	32
Tabel 4.7 Uji Hubungan Persepsi Body image terhadap Status Gizi.....	32
Tabel 4.8 Hasil Uji Hubungan Asupan Gizi Makro terhadap Kejadian KEK.....	33
Tabel 4.9 Hasil Uji Hubungan Persepsi Body image terhadap Kejadian KEK	34

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori Penelitian	16
Gambar 2.2 Kerangka Konsep Penelitian	17

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Biodata Peneliti	51
Lampiran 2 Lembar Pengesahan Proposal dan Skripsi.....	53
Lampiran 3 Surat Izin Penelitian dari Kampus.....	54
Lampiran 4 Surat Balasan Izin Penelitian dari Lokasi Penelitian.....	55
Lampiran 5 Sertifikat Ethical Clearance.....	56
Lampiran 6 Instrumen Penelitian	58
Lampiran 7 Pedoman Skoring Instrumen Penelitian	66
Lampiran 8 Output SPSS.....	68
Lampiran 9 Dokumentasi Kegiatan Penelitian	75
Lampiran 10 Draft Artikel Ilmiah	76
Lampiran 11 Bukti Turnitin Skripsi	86
Lampiran 12 Bukti Turnitin Draft Artikel Ilmiah	87

DAFTAR SINGKATAN

AKG	: Angka Kecukupan Gizi
BBLR	: Berat Bayi Lahir Rendah
CIOMS-WHO	: Council for International Organizations of Medical Sciences- World Health Organizations
IBM SPSS	: Statistical Package for the Social Sciences
IMT	: Indeks Massa Tubuh
IMT/U	: Indeks Massa Tubuh berdasarkan Usia
KEK	: Kekurangan Energi Kronis
LiLA	: Lingkar Lengan Atas
SD	: Standar Deviasi
SDM	: Sumber Daya Manusia
SMA	: Sekolah Menengah Atas
SMK	: Sekolah Menengah Pertama
TKPI	: Tabel Komposisi Pangan Indonesia
UMR	: Upah Minimum Regional
UNICEF	: United Nations Children's Fund
WNPG	: Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi
WUS	: Wanita Usia Subur

DAFTAR RUJUKAN

- Adiputra, I. M. S., *et al.* (2021). *Metodologi penelitian kesehatan*. Yayasan Kita Menulis.
- Alimuddin, N. F. (2023). Gambaran Pola Makan, Pengetahuan Gizi, dan Kejadian Kurang Energi Kronis (KEK) Pada Mahasiswi Indkos di Asrama Mahasiswa (Ramsis) Universitas Hasanuddin. (Skripsi). *Universitas Hasanuddin*.
<http://repository.unhas.ac.id:443/id/eprint/29288>
- Alyanissa, V. R., Manalu, S. R., & Ulfa, N. S. (2024). Memahami Persepsi Citra Tubuh Ideal di Kalangan Emerging Adulthood Pengguna Media Sosial. *Undip Electronic Journal System*, 12(1), 380-388.
<https://ejournal3.undip.ac.id>
- Amaliyah, N. R. (2022). Perbedaan Pengetahuan Gizi, Tingkat Kecukupan Energi, Zat Gizi Makro Dan Status Gizi Pada Remaja di Pondok Pesantren Desa dan Kota. (Skripsi). *Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang*.
<https://eprints.walisongo.ac.id/id/eprint/20527/>
- Amir, E. R., & Rahman, H. (2023). Hubungan Citra Tubuh dengan Status Gizi pada Remaja SMAN 4 Maros Kabupaten Maros. *Window Of Public Health Journal*, 4(1), 162-169.
<https://doi.org/10.33096/woph.v4i1.1488>
- Ananda, N. A. (2023). *Zat Gizi Makro (Karbohidrat, Protein, Lemak)*. Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar.
- Angesti, A. N. (2021). Hubungan Asupan Zat Gizi Makro dan Zat Besi dengan Status Gizi (LiLA) pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmiah Gizi Kesehatan*, 9(1), 16-22.
<https://journalthamrin.com/index.php/jigk/article/view/968>
- Annur, C. M. (2024, Maret 1). Ini Media Sosial Paling Banyak Digunakan di Indonesia Awal 2024. *Katadata*. Diakses dari
<https://databoks.katadata.co.id>
- Ardi, A. I. (2021). Literature Review: Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Kurang Energi Kronis (KEK) pada Remaja Putri. *Media Gizi Kesmas*, 10(2), 320-328.
<https://e-journal.unair.ac.id>
- Arni, C. C., Angraini, D. I., & Zuraida, R. (2023). Analysis of the Variables Affecting Chronic Energy Deficiency (CED) in Adolescent Girls: A Systematic Review. *International Journal of Current Science Research and Review*.
<https://ijcsrr.org/wp-content/uploads/2023/01/46-20-2023.pdf>
- Aulia, N. R. (2021). Peran Pengetahuan Gizi terhadap Asupan Energi, Status Gizi dan Sikap Tentang Gizi Remaja. *Jurnal Ilmiah Gizi dan Kesehatan (JIGK)*, 2(2), 31-35.
<https://doi.org/10.46772/jigk.v2i02.454>
- Azizah, N., & Nugraha, A. (2021). Hubungan antara citra tubuh dengan *self compassion* pada siswa. *Journal of Innovative Counseling: Theory, Research, & Practice*, 5(2), 36-46.
<https://journal.umtas.ac.id>
- Bunsal, C. M., Agustina, R., & Ati, E. P. (2025). Citra Tubuh dengan Regulasi Makan pada Remaja di SMA Muhammadiyah Manado. *Jurnal Ners*, 9(2), 1597-1603.
<https://doi.org/10.31004/jn.v9i2.40539>
- Candra, A. (2020). *Pemeriksaan status gizi* (Edisi ke-1, Vol. 1). Universitas Diponegoro.
- Chandra, F., & Aisah, A. (2023). Hubungan Sosial Ekonomi terhadap Status Gizi Remaja Putri di SMA Negeri 11 Kota Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 12(1), 188-193.
<http://jab.ubr.ac.id/index.php/jab/article/view/683>

- Damayanti, E. R. (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.
<https://doi.org/10.52021/ijhd.v4i1.69>
- Demitri, A., Lestari, D. A., & Lestari, W. (2024). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi Remaja di SMP Muhammadiyah 21 Serbelawan. *Jurnal Praba: Jurnal Rumpun Kesehatan Umum*, 2(1), 26-32.
<https://doi.org/10.62027/praba.v2i1.1.67>
- Dewi, A. C. (2022). Hubungan Antara Persepsi terhadap Citra Tubuh dengan Harga Diri pada Mahasiswi di Universitas X Kota Semarang. (Skripsi). *Universitas Islam Sultan Agung*.
<http://repository.unissula.ac.id/id/eprint/26768>
- Dewi, G. K., & Adriyanti, E. Z. (2020). Hubungan *Body image* dan Diet terhadap Status Gizi Remaja Putri di SMK Analis Kesehatan Tunas Medika. *Jurnal Pangan Kesehatan dan Gizi*, 1(1), 11-17.
<https://preprod-journal-update.binawan.ac.id>
- Diedrichs, P. C., Atkinson, M. J., Garbett, K. M., & Leckie, G. (2021). Evaluating The “Dove Confident Me” Five-Session *Body image* Intervention Delivered by Teachers in Schools: A Cluster Randomized Controlled Effectiveness Trial. *Journal of Adolescent Health*, 68(2), 331-341.
<https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2020.10.001>
- Elsa, T. (2023). Faktor yang Mempengaruhi Asupan Gizi pada Balita di Desa Sungai Puri dan Sungai Mengkuang Tahun 2022. (Skripsi). *Universitas Jambi*.
<https://repository.unja.ac.id/54594/>
- Fakhriyah, et al. (2021). *Buku Ajar Kekurangan Energi Kronik (KEK)*. Yogyakarta: CV. Mine.
- Fakhriyah, Lasari, H. H. D., Noor, M. S., Putri, A. O., & Setiawan, M. I. (2022). Pengetahuan, Sikap, dan Indeks Masa Tubuh pada Kejadian Kurang Energi Kronis di Remaja Putri. *Indonesian Journal of Human Nutrition*, 9(2), 124.
<https://doi.org/10.21776/ub.ijhn.2022.009.02.2>
- Falentina, I. A., Rahmawati, E. S., & Fauziah, L. F. (2023). Hubungan Asupan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Berdasarkan LiLA pada Remaja Putri di SMA Negeri 2 dan 4 Kecamatan Tuban. *Insologi: Jurnal Sains dan Teknologi*, 2(6), 1155-1165.
<https://doi.org/10.55123/insologi.v2i6.2972>
- Fauziah, L. F., Ma'arif, M. Z., & Pamungkas, F. G. (2021). Hubungan Citra Tubuh dan Status Gizi Remaja Putri. *Jurnal Maternitas Aisyah (Jaman Aisyah)*, 2(1), 68-74.
<https://journal.aisyahuniversity.ac.id>
- Fauziyah, N. (2023). Hubungan Frekuensi Konsumsi Jajanan dan Aktivitas Fisik terhadap Status Gizi Remaja Santri Pondok Pesantren Putri Al-Asnawiyah Kudus. (Skripsi). Universitas Islam Negeri Walisongo.
<https://eprints.walisongo.ac.id/id/eprint/19221/>
- Febriani, R. A., & Rahmasari, D. (2022). Hubungan Antara *Body image* dengan Penerimaan Diri pada Remaja Perempuan Pengguna Tiktok. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(4), 55-68.
<https://doi.org/10.26740/cjpp.v9i4.46624>
- Fitriani, A., & Purnomo, J. T. (2023). *Body image* pada Remaja Putri yang Menggunakan Media Sosial Tiktok. *Jurnal Psikologi*, 18(2), 213-225.
<http://dx.doi.org/10.30659/jp.18.2.213-225>

- Garbett, K. M., Lewis-Smith, H., Chaudhry, A., Shroff, H., Dhillon, M., White, P., & Diedrichs, P. C. (2021). Acceptability and Preliminary Efficacy of a School-Based *Body image* Intervention in Urban India: A Pilot Randomised Controlled Trial. *Body image*, 37, 282–290.
<https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2021.02.011>
- Grogan, S. (2016). *Body image: Understanding Body Dissatisfaction in Men, Women, and Children* (Edisi ke-3). Routledge.
- Hanuam, A. (2024). Faktor Determinan Status Gizi pada Remaja di SMA Pusat Kota dan Pinggir Kota Padang. (Skripsi). *Universitas Andalas*.
<http://scholar.unand.ac.id>
- Heriyani, W. (2024). Survei Terbaru Ungkap Kriteria Pria Ganteng Menurut Wanita Indonesia, Apa Saja? *Lifestyle Sindo News*. Diakses dari <https://lifestyle.sindonews.com>
- Hidayati, A., Prastia, T. N., & Anggraini, S. (2023). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Kurang Energi Kronik (KEK) pada Remaja Putri di SMPN 01 Pagedangan Tahun 2021. *Promotor*, 6(2), 104-107.
<https://doi.org/10.32832/pro.v6i2.207>
- Irawati, D., Sartono, S., Yuniarti, H., & Sari, D. K. (2021). Gambaran Tingkat Konsumsi Energi Protein, Pengetahuan, Aktivitas Fisik, *Body image* terhadap Risiko Kekurangan Energi Kronis Remaja Putri SMK Bina Cipta Palembang. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 1(1), 33-41.
<https://doi.org/10.36086/jgk.v1i1.1074>
- Istiharini, B., & Sulaiman, L. (2024). Hubungan Antara Frekuensi Makan, Kebiasaan Sarapan dan Anemia dengan Kejadian Kurang Energi Kronis pada Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan Qamarul Huda*, 12(2), 59-66.
- Jannah, A. M. (2021). Hubungan Asupan Zat Gizi Makro, Pengetahuan Gizi dan Penyakit Infeksi dengan Kejadian Kurang Energi Kronis pada Remaja SMA Negeri 1 Tanjung Raja. (Skripsi). *Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sriwijaya*.
<https://repository.unsri.ac.id>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2014). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No 25 Tahun 2014 tentang Upaya Kesehatan Anak*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Riset Kesehatan Dasar 2018 Nasional*. Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2019 tentang Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan untuk Masyarakat Indonesia*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) dalam Angka*. Kemenkes RI.
- Khayatunnisa, T. (2021). Hubungan Antara Kurang Energi Kronis (KEK) dengan Kejadian Anemia, Penyakit Infeksi, dan Daya Konsentrasi pada Remaja Putri. *Jurnal Gizi Dan Pangan Soedirman*, 5(1), 46-61.
- Kurniawati, A. (2023). Hubungan Pola Makan dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi pada Remaja di SMA Ipiems Surabaya. (Skripsi). *STIKES Hang Tuah Surabaya*.
<https://repository.stikeshangtuah-sby.ac.id>

- Lestari, P. Y., Tambunan, L. N., & Lestari, R. M. (2022). Hubungan Pengetahuan Tentang Gizi terhadap Status Gizi Remaja: Relationship of Nutritional Knowledge to Nutritional Status Teenage. *Jurnal Surya Medika (Jsm)*, 8(1), 65-69.
<https://doi.org/10.33084/jsm.v8i1.3439>
- Liliweri, A. (2015). *Komunikasi Antar Personal* (Edisi ke-1). Diakses dari <https://www.google.co.id>
- LTL Team HQ. (2022). Chinese Beauty Standards Vs the West: How Different Are They? *LTL Language School*. Diakses dari <https://ltlshanghai.com/chinese-beauty-standards/#Chapter-2>
- Lubis, D. S., et al. (2021). *Modul Pendidikan Kesehatan dan Pemenuhan Gizi Seimbang pada Remaja Putri*. Denpasar: Baswara Press.
- Lubis, Z., et al. (2019). *Panduan Pelaksanaan Penelitian Sosial*. Yogyakarta: ANDI.
- Mamuaja, P. P., Telew, A., & Baginda, S. M. (2021). Pengaruh Variasi Konsumsi Pangan terhadap Status Gizi Siswa SMPN 3 Tutuyan. *PHYSICAL: Jurnal Ilmu Kesehatan Olahraga*, 2(1), 181-186.
- Margiyanti, N. J. (2021). Analisis Tingkat Pengetahuan, *Body image* dan Pola Makan terhadap Status Gizi Remaja Putri. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 10(1), 231-237.
<http://jab.ubr.ac.id/index.php/jab/article/view/341>
- Marlinda, D., Sutatminingsih, R., & Daulay, D. A. (2022). Pengaruh Perbandingan Sosial terhadap Citra Tubuh pada Remaja Akhir Putri Pengguna Instagram. *GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan Dan Konseling*, 12(2), 183-191.
<https://ojs.fkip.ummetro.ac.id/index.php/bk/article/view/5505>
- Masda, D. A. (2022). Pengaruh Citra Tubuh Terhadap Kepercayaan Diri Remaja Putri di MA Annur Bululawang. (Skripsi). *Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim*.
<http://etheses.uin-malang.ac.id/38580/>
- Mijayanti, R., Sagita, Y. D., Fauziah, N. A., & Fara, Y. D. (2020). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kurang Energi Kronik (KEK) pada Ibu Hamil di UPT Puskesmas Rawat Inap Sukoharjo Kabupaten Pringsewu Tahun 2020. *Jurnal Maternitas Aisyah (JAMAH Aisyah)*, 1(3), 205.
<https://journal.aisyahuniversity.ac.id>
- Millatashofi, A. S., & Adi, A. C. (2023). Hubungan Tingkat Kecukupan Asupan Zat Gizi dan Kebiasaan Jajan dengan Status Gizi pada Remaja Santriwati di Pondok Pesantren Surabaya. *Healthy Tadulako Journal*, 9(2), 121.
<https://doi.org/10.22487/htj.v9i2.672>
- Millenia, A. V., & Kurniawan, A. (2022). Hubungan Antara Citra Tubuh dengan Sikap Perempuan terhadap Perilaku Diet. *Berajah Journal*, 2(2), 305-314.
<https://doi.org/10.47353/bj.v2i2.93>
- Munawara, M., Umar, F., Anggraeny, R., & Majid, M. (2023). Analisis Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronis pada Remaja Putri. *Jurnal Gizi Kerja dan Produktivitas*, 4(2), 104-107.
<https://doi.org/10.52742/jgkp.v4i2.152>
- Mutmainnah, M., Patimah, S., & Septiyanti, S. (2021). Hubungan KEK dan Wasting dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di Kabupaten Majene. *Window Of Public Health Journal*, 1(5), 561-569.
<https://doi.org/10.33096/woph.v1i5.184>

- Nasution, A. S., Nuraida, I., Putri, D. L., Raharsari, R. T., & Syhenda, D. (2023). Determinan Status Gizi Remaja Usia 12-16 Tahun. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Stikes Hang Tuah Surabaya*, 18(2), 129-135.
<https://eresources.poltekkes-smg.ac.id>
- Nurlabibah, N., Hapsari, A. I., Rosmana, D., & Hastuti, W. (2023). Hubungan Asupan Energi dan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Santri Putri di Pondok Pesantren X. *Jurnal Gizi dan Dietetik*, 2(2), 79-90.
<https://doi.org/10.34011/jgd.v2i2.1858>
- Oktabrina, Z. I. (2024). The Relationship Between *Body image* and Beauty Privilege. (Skripsi). Universitas Darul Ulum.
<http://repository.undar.ac.id/id/eprint/669>
- Oktari, R. (2021). Pengaruh Penyuluhan Melalui Media Video terhadap Pengetahuan dan Sikap Wanita Usia Subur dalam Mencegah Kekurangan Energi Kronik di Wilayah Kerja Puskesmas Tunas Harapan Kabupaten Rejang Lebong. (Skripsi). Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu.
<https://repository.poltekkesbengkulu.ac.id>
- Oktavianto, E., Saifudin, I. M. M. Y., Suryati, S., Supriyadi, S., & Setyaningrum, N. (2023). Eating Behaviors Related to Nutritional Status Among Adolescents: A Cross-Sectional Study. *International Journal of Public Health*, 12(2), 647-653.
<https://doi.org/10.11591/ijphs.v12i2.22854>
- P2PTM. (2014). *Tabel Klasifikasi IMT*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Pandriadi, et al. (2023). *Statistika Dasar* (Vol. 1). Bandung: Widina Media Utama.
- Par'i, H. M., Wiyono, S., & Harjatmo, T. P. (2017). *Penilaian status gizi*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Parewasi, D. F. R. (2021). Hubungan Asupan Energi dan Asupan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Remaja Putri di Pondok Pesantren Darul Aman Gombara Makassar Tahun 2020. *Jurnal Gizi Masyarakat Indonesia (The Journal of Indonesian Community Nutrition)*, 10(1).
<https://doi.org/10.30597/jgmi.v10i1.18508>
- Pratiwi, A. M., Hositanisita, H. & Rahayu, H. K. (2025). Gizi dan Kesehatan Reproduksi Remaja. Yogyakarta: PT Penamuda Media.
<https://reposister.almaata.ac.id>
- Purwanti, A. D., & Marlina, Y. (2022). Gambaran Persepsi Citra Tubuh, Pengetahuan Gizi Seimbang, dan Perilaku Makan Remaja Putri di SMA Muhammadiyah 1 Pekanbaru. *Jurnal Kesehatan Komunitas (Journal of Community Health)*, 8(2), 257-267.
<https://doi.org/10.25311/keskom.Vol8.Iss2.1075>
- Puspitasari, T. (2021). Hubungan Pengetahuan Gizi dan Perilaku Konsumsi Sayur dan Buah pada Penerapan Isi Piringku terhadap Kecukupan Zat Gizi Remaja SMA KORPI Bekasi. (Skripsi). Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Keluarga.
<https://repository.stikesmitrakeluarga.ac.id>
- Putra, M. G. S., Kustiyah, L., & Dwiriani, C. M. (2024). Hubungan Antara Sosial Ekonomi, Demografi dan Kualitas Konsumsi Pangan dengan Status Gizi. *Arteri: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 6(1), 31-40.
<https://doi.org/10.37148/arteri.v6i1.445>

- Putri, D. A. M., Safitri, D. E., & Maulida, N. R. (2022). Hubungan Asupan Gizi Makro, Frekuensi Olahraga, Durasi Menonton Televisi, dan Durasi Tidur dengan Status Gizi Remaja: The Relation of Macronutrient Intake, Exercise Frequency, Duration of Watching Television, and Sleep Duration with the Nutritional Status of Adolescents. *Jurnal Pangan Kesehatan Dan Gizi Universitas Binawan*, 2(2), 24-36.
<https://doi.org/10.54771/jakagi.v2i2.314>
- Qiromah, R. (2022). Hubungan asupan energi, screen time, dan durasi tidur terhadap status gizi mahasiswa santri Pondok Pesantren Raudlatut Tholibin Tugurejo Semarang. (Skripsi). *Universitas Islam Negeri Walisongo*.
<https://eprints.walisongo.ac.id/id/eprint/17283/>
- Rahayu, H. K., et al. (2023). *Gizi dan kesehatan remaja* (1st ed., Vol. 1). Banyumas: CV Zt Corpora.
- Rahayu, P. S., Suparman, S., Dewi, M., Agung, F., & Hastuti, W. (2022). Asupan Energi, Asupan Protein, Aktivitas Fisik dan Status Gizi pada Remaja Putri di Pondok Pesantren. *Jurnal Kesehatan Siliwangi*, 2(3), 995–1003.
<https://doi.org/10.34011/jks.v2i3.888>
- Rahmana, J. (2024). Kebiasaan Makan, Riwayat Penyakit Infeksi dan Citra Tubuh dengan Kejadian KEK pada Remaja Putri SMK Negeri 3 Sigi. (Skripsi). *Universitas Widya Nusantara*.
<https://repository.uwn.ac.id/id/eprint/151>
- Rasmaniar, et al. (2023). *Kesehatan dan gizi remaja* (1st ed.). Denpasar: Yayasan Kita Menulis.
- Ritonga, A. F. A., Laoli, A. N., Hariyani, E., Balqis, F. N., Kusumawati, I., Harahap, J. W., & Ayu, D. (2023). Hubungan Sosial Ekonomi dengan Tingkat Pendidikan pada Masyarakat Pesisir di Desa Pematang Lalang, Kecamatan Percut Sei Tuan. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 6(7), 560-569.
<https://doi.org/10.56338/jks.v6i7.3733>
- Rokhmah, L. N., et al. (2022). *Pangan dan gizi*. Denpasar: Yayasan Kita Menulis.
- Romadlona, N. A., et al. (2023). *Gizi seimbang remaja* (1st ed.). Bantul: PT. Pustaka Limajari Indonesia.
- Sari, I. P., Arif, A., & Anggraini, H. (2023). Hubungan Status Gizi, Siklus Menstruasi, dan Lama Menstruasi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri Usia 15-16 Tahun di SMA Pembina Palembang Tahun 2022. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 23(2), 2118-2122.
<http://dx.doi.org/10.33087/jiubj.v23i2.3149>
- Sari, N., Kelana, D., & Sopiah, P. (2023). Hubungan Citra Tubuh (*Body image*) dengan Status Gizi KEK pada Siswi SMKN Sukasari. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4.
<https://doi.org/10.31004/jkt.v4i2.15085>
- Septriani, S. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Kekurangan Energi Kronik pada Mahasiswa Remaja Putri di Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu Tahun 2022. (Skripsi). *Poltekkes Kemenkes Bengkulu*.
<https://repository.poltekkesbengkulu.ac.id/2118/>
- Siyoto, S., & Sodik, M. A. (2015). *Dasar metodologi penelitian* (1st ed.). Yogyakarta: Literasi Media Publishing.
- Suarjana, I. M., Nursanyoto, H., & Dewi, N. N. A. (2020). Kurang Energi Kronik (KEK) Remaja Putri Pelajar SMU/SMK di Kabupaten Karangasem Propinsi Bali. *Jurnal Sehat Mandiri*, 15(1), 41–51.
<http://jurnal.poltekkespadang.ac.id/ojs/index.php/jsm>
- Sugiyono. (2020). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

- Tiara. (2022). Hubungan Antara Asupan Zat Gizi Makro dan Pola Makan dengan Status Gizi Santri di Pondok Pesantren Rubath Nurul Fajri Jakarta Timur. (Skripsi). Universitas Binawan.
<http://repository.binawan.ac.id/id/eprint/2088>
- UNICEF. (2011). *The State of the World's Children 2011: Adolescence: An Age of Opportunity*. UK: United Nations Children's Fund (UNICEF).
- UNICEF. (2020). *Nutrition, for every child: UNICEF nutrition strategy 2020–2030*. UK: United Nations Children's Fund (UNICEF).
<https://www.unicef.org>
- UNICEF. (2023). *Undernourished and Overlooked: A Global Nutrition Crisis in Adolescent Girls and Women*. UK: United Nations Children's Fund (UNICEF).
<https://www.unicef.org/nutrition>
- Utami, D. A. D. B., Juniarta, I. G. N., & Suindrayasa, I. M. (2021). Perbedaan Indeks Massa Tubuh Terhadap Citra Tubuh pada Remaja Perempuan. *Community of Publishing in Nursing (COPING)*, 9, 750-755
<https://www.academia.edu/download/110545424/43799.pdf>
- Verawati, M., Wijayanti, A. R., & Ningrum, A. G. (2024). Association Between Living Area, Economic Level, and the Intake of Highly Processed Foods. *World Journal of Advanced Research and Reviews*, 23(1), 2858-2862.
<https://doi.org/10.30574/wjarr.2024.23.1.2266>
- Wahyudi, Kuswati, A., & Sumedi, T. (2022). Hubungan Pendapatan Keluarga, Jumlah Anggota Keluarga terhadap Stunting pada Balita Umur 24-59 Bulan: A Literatur Review. *Jurnal Of Bionursing*, 4(1), 63-69.
<https://scholar.archive.org>
- Wibowo, S. S. (2023). Pengaruh Status Ekonomi Keluarga terhadap Jumlah Anak dan Jarak Kelahiran di Jawa Tengah (Analisis Data SDKI 2017). *Jurnal Ilmiah Bidan*, 11(1), 68-75.
<https://doi.org/10.47718/jib.v11i1.2146>
- Widodo, et al. (2023). *Buku ajar metode penelitian* (1st ed.). Pangkalpinang: Science Techno Direct.
- Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi. (2012). *Pemantapan Ketahanan Pangan dan Perbaikan Gizi Berbasis Kemandirian dan Kearifan Lokal*. Jakarta: Lembaga Ilmu Pengetahuan Indonesia.
- Zacky, M., & Sholihah, R. A. (2023). Pengaruh Tingkat Pendidikan terhadap Kesempatan Berkarir: Studi Kasus Pada Masyarakat Kabupaten Batang. *Sahmiyya: Jurnal Ekonomi dan Bisnis*, 111-116.
<https://e-journal.uingsdur.ac.id>