

ABSTRACT

Undernutrition and overweight is a health problem that is often occurred one of them in adolescent. This problem leads to dissatisfaction of body shape in adolescent girl. Dissatisfaction with body shape causes the wrong eating behavior, consequently the intake of macro nutrients in the body is inadequate and has a negative impact on nutritional status. Nutrition intake is not only influenced by eating behavior, but also age and pocket money. The research aim was to analyze the relationship between body image, eating behavior, and nutrition intake with nutritional status of adolescent girl.

This research was an observational analytic with *cross sectional* study. Sample of this research were 93 adolescent girl that was selected randomly in senior high school 1 Sidoarjo. Data were collected by measurement of weight and height, interviewed with adolescent girl using questionnaire and form food recall 2x24 hours. Data were analyzed using pearson and spearman correlation test.

The result showed that most adolescent girl have good body image and eating behaviors. Intake of macro nutrients (energy, protein, and fat) in most adolescent girl was adequate ($\geq 77\%$ AKG) but carbohydrate intake in the majority of adolescent girl was inadequate ($< 77\%$ AKG). There were significant association between body image ($p=0.002$), eating behavior ($p=0.013$), energy intake ($p=0.001$), and carbohydrate intake ($p=0.001$) with the nutritional status of adolescent girl and there were no significant association between protein intake ($p=0.243$) and fat intake ($p=0.418$) with the nutritional status of adolescent girl.

The conclusion of this study nutritional status of Adolescent girl is determined by body image, eating behavior, energy intake, and carbohydrate intake. Adolescent girl who have overweight and obesity are expected to increase their physical activity in order to achieve normal nutritional status.

Keywords: nutrient intake, body image, eating behavior, adolescent girl, nutritional status

ABSTRAK

Gizi kurang dan gizi lebih merupakan masalah kesehatan yang sering dijumpai salah satunya pada remaja. Masalah ini mengakibatkan ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh pada remaja putri. Ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh menyebabkan perilaku makan yang salah, akibatnya asupan zat gizi makro di dalam tubuh kurang dan berdampak negatif pada status gizi. Asupan gizi tidak hanya dipengaruhi oleh perilaku makan, tetapi juga usia dan uang saku. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan *body image*, perilaku makan, dan asupan zat gizi dengan status gizi remaja putri.

Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan studi *cross sectional*. Sampel penelitian sebesar 93 remaja putri yang terpilih secara acak dan bersekolah di SMA Negeri 1 Sidoarjo. Pengumpulan data meliputi pengukuran berat badan dan tinggi badan remaja putri, wawancara dengan menggunakan kuesioner dan form *food recall 2x24 jam*. Analisis data dilakukan menggunakan uji korelasi pearson dan spearman.

Hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar remaja putri memiliki *body image* dan perilaku makan yang baik. Asupan zat gizi makro (energi, protein, dan lemak) pada sebagian besar remaja putri termasuk dalam kategori cukup ($\geq 77\%$ AKG) tetapi asupan karbohidrat pada sebagian besar remaja putri termasuk dalam kategori kurang ($< 77\%$ AKG). Terdapat hubungan yang bermakna antara *body image* ($p=0,002$), perilaku makan ($p=0,013$), asupan energi ($p=0,001$), dan asupan karbohidrat ($p=0,001$) dengan status gizi remaja putri sedangkan tidak terdapat hubungan antara asupan protein ($p=0,243$) dan asupan lemak ($p=0,418$) dengan status gizi remaja putri.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah status gizi remaja putri ditentukan oleh *body image*, perilaku makan, asupan energi, dan asupan karbohidrat. Remaja putri yang memiliki status gizi gemuk dan obesitas diharapkan untuk meningkatkan aktifitas fisiknya guna tercapainya status gizi normal.

Kata kunci: asupan zat gizi, *body image*, perilaku makan, remaja putri, status gizi