

HUBUNGAN CITRA TUBUH, *EMOTIONAL EATING*, DAN POLA KONSUMSI GIZI SEIMBANG DENGAN STATUS GIZI (IMT/U) REMAJA DI SMA NEGERI 90 JAKARTA

Aisyah Rifika Yasril

Abstrak

Tingginya prevalensi obesitas dan gizi lebih pada remaja di Provinsi DKI Jakarta, khususnya di Jakarta Selatan yang mencapai 14.25% untuk kategori gemuk dan 7.32% untuk kategori sangat gemuk, menjadi perhatian utama dalam penelitian ini. Obesitas remaja menjadi masalah kesehatan yang serius, dengan prevalensi yang meningkat secara signifikan dalam beberapa tahun terakhir. Faktor-faktor seperti citra tubuh, *emotional eating*, dan pola konsumsi gizi seimbang menjadi fokus dalam menentukan status gizi mereka. Dengan menggunakan pedoman gizi seimbang yang dikeluarkan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia sebagai acuan, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara faktor-faktor tersebut dengan status gizi (IMT/U) remaja di SMA Negeri 90 Jakarta. Penelitian ini menggunakan desain studi *cross sectional* dengan sampel sebanyak 98 responden yang diambil dengan Teknik *stratified random sampling*. Penelitian dilakukan pada bulan April 2024. Pengumpulan data dilakukan dengan pengisian kuesioner *Figure Rating Scale (FRS)*, *The Dutch Eating Behaviour Questionnaire-13 items (DEBQ-13)* dan wawancara *Food Frequency Questionnaire (FFQ)*. Analisis hubungan dilakukan menggunakan uji *Chi Square* menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara citra tubuh ($p \text{ value} = 0.008$; $p \text{ value} < 0.05$) dengan status gizi (IMT/U) remaja. Sedangkan *emotional eating* ($p \text{ value} = 0.784$; $p \text{ value} > 0.05$) dan pola konsumsi gizi seimbang ($p \text{ value} = 0.760$; $p \text{ value} > 0.05$) tidak menunjukkan ada hubungan dengan status gizi (IMT/U) remaja. Perlu dilakukan penelitian lanjutan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang lebih dominan dalam mempengaruhi status gizi IMT/U pada remaja.

Kata Kunci : Citra Tubuh, *Emotional Eating*, IMT/U, Indeks Gizi Seimbang, Pola Konsumsi

THE RELATIONSHIP OF BODY IMAGE, EMOTIONAL EATING, AND BALANCED NUTRITIONAL CONSUMPTION PATTERNS WITH THE NUTRITIONAL STATUS (BMI FOR AGE) OF ADOLESCENTS AT SMA NEGERI 90 JAKARTA

Aisyah Rifika Yasril

Abstract

The high prevalence of obesity and overnutrition among teenagers in DKI Jakarta Province, especially in South Jakarta, which reached 14.25% for the obese category and 7.32% for the very obese category, is a major concern in this research. Adolescent obesity is becoming a serious health problem, with prevalence increasing significantly in recent years. Factors such as body image, emotional eating, and balanced nutritional consumption patterns are the focus in determining their nutritional status. Using the balanced nutrition guidelines issued by the Ministry of Health of the Republic of Indonesia as a reference, this research aims to determine the relationship between these factors and the nutritional status (BMI for age) of adolescents at SMA Negeri 90 Jakarta. This research used a cross sectional study design with a sample of 98 respondents taken using a stratified random sampling technique. The research was conducted in April 2024. Data collection was carried out by filling in the Figure Rating Scale (FRS) questionnaire, The Dutch Eating Behavior Questionnaire-13 items (DEBQ-13) and the Food Frequency Questionnaire (FFQ) interview. Relationship analysis carried out using the Chi Square test showed that there was a significant relationship between body image (p value = 0.008; p value < 0.05) and nutritional status (BMI for age) of adolescents. Meanwhile, emotional eating (p value = 0.784; p value > 0.05) and balanced nutritional consumption patterns (p value = 0.760; p value > 0.05) did not show any relationship with the nutritional status (BMI for age) of adolescents. Further research needs to be carried out to identify the factors that are more dominant in influencing the nutritional status of BMI for age in adolescents.

Keyword : BMI-for-age, Body Image, Emotional Eating, Food Consumption, Health Eating Index