

# HUBUNGAN *BODY IMAGE* DAN POLA MAKAN DENGAN KEKURANGAN ENERGI KRONIS (KEK) PADA REMAJA PUTRI DI SMAN 6 BOGOR TAHUN 2019

Priscelia Ika Wardhani

## Abstrak

Salah satu masalah gizi yang terjadi pada remaja adalah kekurangan energi kronis (KEK). Berdasarkan hasil Riskesdas (2018) menunjukkan prevalensi risiko kurang energi kronis (KEK) pada wanita usia subur tertinggi dialami oleh remaja usia 15 – 19 tahun yang mencapai 36,3%. Salah satu faktor yang mempengaruhi terjadinya KEK pada remaja putri yaitu perhatian terhadap penampilan fisik yang disebut *body image* dan pola makan. **Tujuan:** untuk mengetahui hubungan antara *body image* dan pola makan dengan kekurangan energi kronis (KEK) pada remaja putri di SMAN 6 Bogor tahun 2019. **Metode:** penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional*, sampel berjumlah 189 siswi. Pengumpulan data dengan kuesioner dan pengukuran lingkaran lengan atas. Analisa data menggunakan uji *chi square*. **Hasil:** menunjukkan terdapat hubungan antara *body image* (*appereance evaluation*  $p = 0,000$ , *appereance orientation*  $p = 0,006$ , *body area satisfaction*  $p = 0,015$ , *overweigt preoccupation*  $p = 0,003$ , *self-classified weight*  $p = 0,000$ ) dan pola makan (frekuensi makan  $p = 0,000$  dan jenis ragam makan  $p = 0,000$ ) dengan kekurangan energi kronis (KEK). **Kesimpulan:** ada hubungan antara *body image* dan pola makan dengan kekurangan energi kronis (KEK). **Saran:** bagi remaja dianjurkan untuk mengatur pola makan sesuai dengan pedoman gizi seimbang dan membangun *body image* yang positif serta mengetahui cara mencegah terjadi KEK.

**Kata Kunci :** *Body image*, Kekurangan Energi Kronis (KEK), Pola Makan

# **THE CORRELATION BETWEEN BODY IMAGE AND DIET WITH CHRONIC ENERGY DEFICIENCY (CED) ON FEMALE ADOLESCENTS IN SMAN 6 BOGOR IN 2019**

**Priscelia Ika Wardhani**

## **Abstract**

One of the most common nutritional problems that occurs in adolescents is chronic energy deficiency (CED). Riskesdas (2018) shows that the highest prevalence on chronic energy deficiency (CED) risks in women of childbearing age is experienced by adolescents aged 15-19 years with 36,3%. One of the factors that prompt the occurrence of CED on female adolescents is the attention to the subjective picture of one's own body its called body image and diet. **Purpose:** to determine the correlation between body image and diet with chronic energy deficiency (CED) on female adolescents in SMAN 6 Bogor in 2019. **Methods:** This research used quantitative method with cross sectional design and a sample of 189 female students. The data were collected using questionnaire and measurement of upper arm circumference. Analysis of the data using the chi square test. **Result:** there is a correlation between body image (appearance evaluation  $p = 0,000$ , apparatus orientation  $p = 0,006$ , body are satisfaction  $p = 0,015$ , preoccupation overweight  $p = 0,003$ , self-classified weight  $p = 0,000$ ) and diet (eating frequency  $p = 0,000$  and type of foods  $p = 0,000$ ) with chronic energy deficiency (CED). **Conclusion:** there is a correlation between body image and diet with chronic energy deficiency (CED). **Suggestion:** for adolescents to regulate their diet congenial to the balanced nutrition guideline and build a positive body image and know how to prevent CED.

**Keyword:** Body Image, Chronic Energy Deficiency (CED), Diet