



# Jurnal Kesehatan Marendeng



<http://e-jurnal.stikmar.ac.id/index>  
Vol IX, No. 1, Maret 2025, pp 12-20  
p-ISSN: 2580-0329 dan e-ISSN: 2809-2813  
DOI: <https://doi.org/jkm.v9i1.112>

---

## HUBUNGAN IMT DENGAN CITRA TUBUH PADA REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 7 SATAP MAJENE

Muhrawi Yunding<sup>1</sup>, Pattola<sup>2</sup>, Immawanti<sup>3</sup>, Rahmat<sup>4</sup>, Nuraida Purwani<sup>5</sup>

<sup>1,4</sup>Dinas Kesehatan Kabupaten Majene / Indonesia

<sup>2,3,5</sup>Prodi S1 Keperawatan, STIKes Marendeng Majene / Indonesia

<sup>1</sup>Email : [ymuhrawi@yahoo.com](mailto:ymuhrawi@yahoo.com)

<sup>2</sup>Email : [ola.mjn.83@gmail.com](mailto:ola.mjn.83@gmail.com)

<sup>3</sup>Email : [immawanti.ch@gmail.com](mailto:immawanti.ch@gmail.com)

---

### Artikel info

#### **Artikel history:**

Received; 25 Januari 2025

Revised; 25 Januari 2025

Accepted; 10 Februari 2025

---

#### **Kata Kunci:**

Kata Kunci satu; IMT

Kata Kunci dua; Citra Tubuh

Kata Kunci tiga; Remaja

#### **Keyword:**

Keyword one; BMI

Keyword two; Body Image

Keyword three; Teenage

---

### **Abstract.**

Teenagers who are obese and malnourished (thin) tend to feel less confident and sometimes become the object of bullying by their friends. To find out if someone is overweight and malnourished, it can be measured using the BMI calculation method, namely by measuring body weight and height. BMI is measured by dividing body weight (in kilograms) by the square of height (in meters). This study aims to determine the relationship between BMI and body image of female adolescents at SMP Negeri 7 Satap Majene. This research method is an analytical survey study with a cross-sectional study approach. This research was conducted at SMP Negeri 7 Satap, Majene Regency with a research sample of 44 female students. The results of the study found that the majority of female students at SMP Negeri 7 Satap Majene had a normal BMI with a negative body image. The distribution of underweight BMI with a negative body image was 36.3% and underweight BMI with a positive body image was 2.3%. Normal BMI with a negative body image was 15.9% and normal BMI with a positive body image was 40.9%. Overweight BMI with negative or positive body image was 2.3% each. The results of the Fisher exact test obtained a significant value of  $0.009 < (0.05)$  which means there is a relationship between BMI and body image of female students of SMP Negeri 7 Satap Majene. There is a relationship between body mass index and body image of female students of SMP Negeri 7 Satap Majene.

### **Abstrak.**

Remaja yang mengalami obesitas dan gizi kurang (kurus) cenderung merasa kurang percaya diri bahkan terkadang menjadi objek *bullying* teman-temannya. Untuk mengetahui seseorang mengalami *Overweight* dan gizi kurang dapat diukur dengan menggunakan metode perhitungan IMT, yaitu dengan

---

mengukur berat badan dan tinggi badan. IMT diukur dengan membagi berat badan (dalam kilogram) dengan kuadrat tinggi badan (dalam meter). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan IMT dengan citra tubuh remaja putri SMP Negeri 7 Satap Majene. Metode Penelitian ini merupakan penelitian *survey analytic* dengan pendekatan *cross sectional study*. Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 7 Satap Kabupaten Majene dengan sampel penelitian sebanyak 44 orang siswi. Hasil penelitian menemukan bahwa mayoritas siswi SMP Negeri 7 Satap Majene memiliki IMT normal dengan citra tubuh negatif. Distribusi IMT kurang dengan citra tubuh negatif sebesar 36,3% dan IMT kurang dengan citra tubuh positif sebesar 2,3%. IMT normal dengan citra tubuh negatif sebesar 15,9% dan IMT normal dengan citra tubuh positif sebesar 40,9%. IMT overweight dengan citra tubuh negative maupun positif masing-masing sebesar 2,3%. Hasil uji *Fisher exact Test* didapatkan nilai signifikan sebesar  $0.009 < (0.05)$  yang berarti ada hubungan IMT dengan citra tubuh siswi SMP Negeri 7 Satap Majene. Terdapat hubungan indeks massa tubuh dengan citra tubuh siswi SMP Negeri 7 Satap Majene.



**Corresponden author:**

Email: [ymuhrawi@yahoo.com](mailto:ymuhrawi@yahoo.com)

artikel dengan akses terbuka dibawah lisensi CC BY -4.0

---

## PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa yang sangat penting baik itu untuk perkembangan anak itu sendiri, maupun keluarganya. Salah satu faktor penting dalam menciptakan pertumbuhan dan perkembangan anak yang baik adalah pemberian asupan nutrisi yang adekuat, dan seimbang (Merildiawati & Bintaro, 2019). Konsumsi nutrisi yang tidak seimbang dapat menyebabkan penurunan kualitas hidup pada remaja (Khoerunnisa & Istianah, 2021).

Epidemi *overweight* yang berlanjut obesitas pada remaja mengalami peningkatan secara signifikan. Populasi remaja yang obesitas meningkat 10 kali dalam 40 tahun terakhir (WHO, 2022). Jumlah remaja di Indonesia sebesar 16% dari total penduduk yaitu sebanyak 44.316.200 orang (BPS, 2021). Prevalensi obesitas pada anak dan remaja dari tahun 2017-2020 sebesar 19.7% atau sekitar 14,7 juta orang (Kemenkes RI, 2018). Prevalensi obesitas di daerah urban sebesar 21% dan pada daerah rural sebesar 5%. (SSGI, 2022).

Remaja termasuk kelompok umur yang rentan mengalami masalah gizi baik gizi lebih (obesitas) maupun status gizi kurang. Usia remaja mulai dari 10 – 19 tahun akan mengalami perubahan pola hidup yang tidak sama dengan masa kanak-kanak dibuktikan dengan konsumsi makanan tinggi kalori, lemak, dan karbohidrat serta penurunan tingkat aktifitas fisik yang membuat remaja lebih rentan terhadap kegemukan (Khoerunnisa & Istianah, 2021).

Menurut data *National Health and Nutrition Examination Survey* (NHANES) menyebutkan bahwa remaja yang mengalami obesitas lebih tinggi pada remaja perempuan. Hasil survey yang dilakukan di Amerika Serikat menemukan bahwa terdapat 30,1% remaja perempuan yang mengalami obesitas sedangkan pada remaja laki-laki sebesar 27,3% (Aiman et al, 2021). Hal ini dapat disebabkan oleh kebiasaan remaja Perempuan yang lebih

tinggi tingkat konsumsi makanan terutama makanan yang berpotensi mengakibatkan obesitas seperti gorengan dan cemilan lain (Utami & Setyarini, 2017).

Obesitas sendiri dapat disebabkan dari berbagai faktor seperti kelebihan asupan energi (*calory intake*) tanpa diiringi dengan pembakaran energi (*calory output*) yang cukup, sehingga energi yang masuk berlebih akan disimpan di dalam tubuh sebagai lemak yang mengakibatkan penambahan akumulasi berat badan. Obesitas pada remaja sangat penting untuk diperhatikan karena remaja yang mengalami obesitas 80% berpeluang untuk mengalami obesitas pada saat dewasa (Merildiawati & Bintaro, 2019).

Remaja yang mengalami obesitas cenderung merasa kurang percaya diri bahkan terkadang menjadi objek *bullying* teman-temannya (Merildiawati & Bintaro, 2019). Apabila obesitas berlanjut sampai dewasa, maka hal tersebut sangat beresiko terhadap status kesehatannya di masa depan. Obesitas merupakan salah satu faktor resiko penyakit kardiovaskuler dan diabetes mellitus (Almatsier, S., dkk, 2011)

Untuk mengetahui seseorang mengalami *Overweight* dan obesitas dapat diukur dengan menggunakan metode perhitungan IMT, yaitu dengan mengukur berat badan dan tinggi badan. IMT diukur dengan membagi berat badan (dalam kilogram) dengan kuadrat tinggi badan (dalam meter). Seseorang dikatakan *overweight* jika memiliki IMT sebesar 23 – 24,9 dan Obesitas jika memiliki IMT  $\geq 25$  (kriteria Asia Fasifik), menurut Depkes RI, seseorang dikategorikan *overweight* jika BMI > 25 dan obesitas jika BMI > 27 (Cahyani et al, 2020).

Dengan mengetahui faktor-faktor yang berperandalam IMT pada remaja, kita dapat menentukan sasaran target yang tepat dalam usaha preventif maupun penanganan terhadap remaja yang memiliki masalah dengan berat badan. Oleh karena ditemukannya masalah obesitas pada remaja di SMP Negeri 7 Satap Kabupaten Majene, peneliti bermaksud meneliti hubungan indeks massa tubuh (IMT) dengan citra tubuh pada Remaja Putri SMP Negeri 7 Satap Majene.

Penelitian Nikmatul A., et al. (2022) dalam penelitian hubungan indeks massa tubuh (IMT) dengan citra tubuh pada remaja putrid desa Watesnegoro Kecamatan Ngoro Kabupaten Mojokerto menemukan bahwa ada hubungan yang signifikan antara indeks massa tubuh dengan citra tubuh remaja. Penelitian ini menyebutkan bahwa IMT ideal memberikan rasa percaya diri pada mahasiswa. Penelitian Juliastuti et al, (2022) dalam penelitian faktor risiko internal citra tubuh negatif pada remaja putrid di masa Pandemi Covid-19 menemukan bahwa citra tubuh negatif berhubungan dengan IMT yang tidak ideal. Penelitian menyebutkan bahwa semakin ideal remaja maka semakin baik citra tubuh remaja. Penelitian Karwati & Yusuf (2022) dalam penelitian hubungan indeks massa tubuh dengan body image mahasiswa (usia remaja akhir) menemukan bahwa ada hubungan antara index massa tubuh dengan body image pada mahasiswa (usia remaja akhir). Pada penelitian Karwati & Yusuf (2022) didapatkan bahwa semakin ideal IMT remaja semakin baik *body imagenya*.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di SMP Negeri 7 Satap ditemukan sebesar 30% siswi yang mengalami obesitas dan lebih banyak pada perempuan. Menurut pernyataan dari beberapa siswi mengatakan bahwa mereka mengalami kegemukan sejak umur 12 tahun dan adapula saat berumur 15 tahun. mereka mengatakan bahwa kegemukan tersebut membuat mereka kurang percaya diri dan merasa kurang nyaman saat bergaul dengan temannya.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan indeks massa tubuh (IMT) dengan citra tubuh pada Remaja Putri SMP Negeri 7 Satap Majene.

**METODE**

Metode kuantitatif digunakan dalam penelitian analitik ini. Pendekatan cross-sectional digunakan untuk menentukan apakah ada hubungan yang signifikan variable yang diukur pada remaja putri di SMPN 4 Majene sejumlah 44 sampel. Pengumpulan data menggunakan lembar kuesioner untuk mengetahui variable citra tubuh dan alat antropometri untuk mengukur IMT.

**HASIL PENELITIAN**

**Tabel 1**  
**Distribusi Responden Berdasarkan IMT Siswi SMP Negeri 7 Satap Majene**

IMT	Frekuensi	%
Kurang	17	38,6
Normal	25	56,9
Overweight	2	4,5
<b>Total</b>	<b>44</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 1 diatas didapatkan distribusi responden berdasarkan indeks massa tubuh siswi SMP Negeri 7 Satap Majene tertinggi pada IMT normal sebanyak 26 orang (59.1%) dan terendah pada lebih sebanyak 2 orang (4.5%).

**Tabel 2**  
**Distribusi Responden Berdasarkan Citra Tubuh Siswi SMP Negeri 7 Satap Majene**

Citra Tubuh	Frekuensi	%
Positif	20	45,5
Negatif	24	54,5
<b>Total</b>	<b>44</b>	<b>100</b>

Tabel 2 menunjukan bahwa citra tubuh siswi SMP Negeri 7 Satap Majene tertinggi pada citra negatif sebanyak 25 orang (56.8%) dan terendah pada positif sebanyak 19 orang (43.2%).

**Tabel 3**  
**Hubungan Antara IMT dengan Citra Tubuh Siswi SMP Negeri 7 Satap Majene**

IMT	Citra Tubuh				Total	P
	Positif		Negatif			
	n	%	n	%	N	%
Kurang	1	2,3	16	36,3	17	38,6
Normal	18	40,9	7	15,9	25	56,9
Overweight	1	2,3	1	2,3	2	4,5
Total	20	45,5	24	54,5	44	100

Tabel 3 di atas menunjukkan bahwa distribusi siswi tentang indeks massa tubuh dengan citra tubuh negatif terdapat 16 orang (36,3%) dan kurang positif terdapat 1 orang (2,3%). Indeks massa tubuh dengan citra tubuh Normal negatif sebanyak 7 orang (15,9%) dan normal positif sebanyak 18 (40,9%). Indeks massa tubuh dengan citra tubuh

Overweight Negatif terdapat 1 (2,3%) dan normal positif terdapat 1 (2,3%). Dengan hasil uji *Fisher exact Test* didapatkan nilai signifikan sebesar  $0.000 < (0.05)$  yang berarti ada hubungan indeks massa tubuh dengan citra tubuh pada siswi SMP Negeri 7 Satap Majene.

## PEMBAHASAN

### Indeks Massa Tubuh Siswi SMP Negeri 7 Satap Majene

Menurut Kemenkes (2011) bahwa seseorang dikatakan memiliki indeks massa tubuh yang ideal apabila memiliki *score* IMT 18.5 sampai dengan 24. Dibawah 18.5 dikategorikan kurus dan diatas 24 dikategorikan gizi lebih (gemuk). Hasil penelitian yang dilakukan pada siswi-siswi kelas 18 dan 19 SMP Negeri 7 Satap Majene ditemukan bahwa terdapat 25 orang (56,9%) siswi yang mempunyai indeks massa tubuh kategori ideal. Hasil penelitian juga menemukan bahwa terdapat 117 (38,6%) orang siswi dengan kategori kurang dan 2 orang siswi (4.5%) dengan kategori gizi lebih.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa indeks massa tubuh siswi di SMP Negeri 7 Satap Majene mayoritas kategori ideal. Penemuan ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Nurais et all (2023) yang menemukan bahwa terdapat 71.6% remaja di SMA Negeri 1 Majene yang memiliki indeks massa tubuh normal atau ideal.

Umumnya siswi-siswi di SMP Negeri 7 Satap Majene aktif mengikuti kegiatan ekstra kurikuler di sekolah sehingga hal tersebut mendorong penggunaan energi yang maksimal sehingga para remaja cenderung memiliki status gizi yang ideal atau normal. Selain itu jajanan yang ada disekitar sekolah lebih banyak berupa makanan ringan yang tidak terlalu berpengaruh terhadap faktor pemicu gizi lebih.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa terdapat 38,6% siswi SMP Negeri 7 Satap Majene yang memiliki status gizi kurang. Hasil penelitian sesuai dengan penelitian Arista et all (2021) yang menemukan bahwa terdapat 43.9% status gizi tidak normal (kurang pada remaja SMA di Jakarta. Tingginya angka siswi SMP Neger 7 Satap Majene yang mengalami gizi kurang dapat disebabkan karena pada usia 13-14 tahun merupakan usia dimana remaja mulai memasuki siklus menstruasi sehingga yang mengakibatkan mereka mengalami beberapa gangguan hormona yang salah satu akibatnya adalah remaja cenderung mengalami kurang nafsu makan.

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Nasaree et all (2023) yang mengatakan bahwa remaja putri cenderung menginginkan tubuh yang kurus dan langsing. Begitu pula dengan penelitian yang dilakukan oleh Zurrahmi (2020) yang menemukan bahwa remaja yang memiliki status gizi kurang di SMAN 1 Bangkinang Kota disebabkan ketidakseimbangan pola konsumsi zat gizi.

### Citra Tubuh Siswi SMP Neger 7 Satap Majene

Citra tubuh menggambarkan adanya persepsi tentang penampilan adalah faktor yang paling penting dalam kehidupan. Kepedulian terhadap citra tubuh dikalangan remaja sangat kuat terlebih pada kelompok remaja awal yang sedang mengalami masa puberitas. Secara umum remaja putri mendambakan tubuh yang langsing dan kurus agar lebih mudah mengatur penampilan. Sebahagian juga dari remaja putri cenderung tidak puas dengan penampilan tubuhnya yang over weigt (Nasaree et all, 2023).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat 56.8% remaja yang memiliki citra tubuh negatif. Pada penelitian ini ditemukan bahwa mayoritas responden memiliki citra tubuh negatif khususnya pada item pernyataan ke 7 dan 8. Responden mayoritas kurang percaya diri dengan perut yang buncit dan cara berpakaian yang kurang menarik dibandingkan teman-temannya. Kebanyakan dari mereka merasa minder karena memiliki pakaian yang kurang menarik. Mereka beranggapan bahwa pakaian termasuk salah satu faktor yang dapat meningkatkan rasa percaya diri mereka

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Amir et al (2023) yang menemukan bahwa citra tubuh negatif lebih banyak ditemukan pada remaja di SMAN 4 Maros. Penilaian citra tubuh diartikan sebagai kepuasan dan ketidakpuasan terhadap kondisi atau penampilan fisik seseorang. Perbedaan citra tubuh tersebut dikarenakan adanya asumsi bentuk tubuh ramping merupakan bentuk tubuh yang ideal yang diidamkan oleh remaja putri (Amir et al, 2023).

### **Hubungan IMT dengan citra tubuh siswi SMP Negeri 7 Satap Majene**

Setiap remaja memiliki gambaran pribadi yang menunjukkan kepedulian mereka terhadap bentuk tubuh sesuai dengan citra tubuh yang diinginkan. Amir et al (2023) mengatakan bahwa gambaran citra tubuh pada remaja putri sebesar 45.2% dan pada laki-laki sebesar 35%, sehingga keinginan untuk memiliki tubuh yang ideal dengan cara menurunkan berat badan lebih banyak pada remaja putri.

Hasil uji *Fisher exact Test* didapatkan nilai signifikan sebesar  $0.000 < (0.05)$  yang berarti ada hubungan indeks massa tubuh dengan citra tubuh pada remaja putri SMP Negeri 7 Satap Majene. Hasil penelitian ini membuktikan bahwa indeks massa tubuh berpengaruh signifikan terhadap citra tubuh. Artinya semakin ideal massa tubuh yang dimiliki remaja maka semakin positif citra tubuhnya dan sebaliknya semakin tidak normalnya maka semakin negatif citra tubuhnya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Amir et al (2023) yang menemukan bahwa citra tubuh berhubungan secara signifikan dengan status gizi pada remaja SMAN 4 Maros Kabupaten Maros. Hasil penelitian Amir et al (2023) menemukan bahwa remaja yang memiliki berat badan ideal memiliki citra tubuh yang positif. Penelitian Nikmatul A., et al. (2022) dalam penelitian hubungan indeks massa tubuh (IMT) dengan citra tubuh pada remaja putri desa Watesnegoro Kecamatan Ngoro Kabupaten Mojokerto menemukan bahwa ada hubungan yang signifikan antara indeks massa tubuh dengan citra tubuh remaja. Penelitian ini menyebutkan bahwa IMT ideal memberikan rasa percaya diri pada mahasiswa.

Penelitian Juliastuti et al, (2022) dalam penelitian faktor risiko internal citra tubuh negatif pada remaja putri di masa Pandemi Covid-19 menemukan bahwa citra tubuh negatif berhubungan dengan IMT yang tidak ideal. Penelitian menyebutkan bahwa semakin ideal remaja maka semakin baik citra tubuh remaja. Penelitian Karwati & Yusuf (2022) dalam penelitian hubungan index massa tubuh dengan body image mahasiswa (usia remaja akhir) menemukan bahwa ada hubungan antara index massa tubuh dengan body image pada mahasiswa (usia remaja akhir). Pada penelitian Karwati & Yusuf (2022) didapatkan bahwa semakin ideal IMT remaja semakin baik *body imagenya*.

Hasil penelitian menunjukkan dari 25 siswi SMP Negeri 7 Satap Majene yang memiliki indeks massa tubuh ideal, terdapat 18 orang (40,9%) dengan citra tubuh positif dan 7 orang siswi (15.9%) dengan citra tubuh negatif. Hasil penelitian ini menunjukkan

bahwa remaja yang sudah memiliki IMT ideal tetap memiliki citra tubuh yang negatif. Hal ini disebabkan karena persolan citra tubuh ternyata bukan hanya sebatas tubuh yang langsing saja, akan tetapi lebih kepada kondisi tubuh yang lain seperti mata yang indah, alis yang tebal, hidung yang mancung, bibir yang indah, termasuk pakaian yang mendukung penampilan. Dengan kata lain meskipun mereka memiliki berat badan yang ideal tetapi tidak memiliki ciri fisik seperti yang telah disebutkan sebelumnya juga akan berpengaruh terhadap citra tubuh mereka.

EDAP (*Eating Disorders Awareness and Prevention*) mengatakan bahwa seseorang yang mempunyai citra tubuh positif memiliki persepsi yang jelas dan benar tentang bentuk tubuh dan menghargai bentuk tubuh itu. Mereka akan merasa nyaman dan percaya diri terhadap tubuh mereka dan menilai diri mereka sebagai orang yang memiliki berat badan dibawah normal. Kemudian seseorang yang memiliki citra tubuh negatif cenderung merasa janggal dan tidak nyaman dengan bentuk tubuh, memiliki persepsi yang buruk tentang bentuk tubuh yaitu merasa bahwa bagian tubuhnya tidak seperti yang dimiliki orang lain (Amir et al, 2023).

Kemudian hasil penliltian juga menemukan bahwa dari 17 orang siswi dengan indeks massa tubuh yang kurang semuanya memiliki citra tubuh yang negatif. Dari 2 orang orang siswi dengan indeks massa tubuh yang kurang, semuanya memiliki citra tubuh yang negatif. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa IMT yang tidak normal baik itu kurus maupun gizi lebih ternyata mengakibatkan seorang remaja memiliki citra tubuh yang negatif. Beberapa responden mengatakan bahwa mereka merasa tidak nyaman karena terlalu kurus, dan ada pula yang mengatakan bahwa mereka sangat terganggu dengan tubunya yang gemuk. Bahkan terkadang hal tersebut dijadikan sebagai bahan untuk membuly mereka di sekolah khususnya ejekan dari remaja putra.

Peneliti berpendapat bahwa beberapa remaja putri di SMP Negeri 7 Satap Majene masih merasa belum puas dengan citra tubuh mereka walaupun sudah memiliki IMT yang ideal. Mereka lebih memperhatikan penampilan fisik dan kesempurnaan anggota tubuh yang lain seperti mata yang indah, hidung yang mancung, bibir yang merah serta pakaian yang bagus.

## **SIMPULAN**

Mayoritas siswi SMP Negeri 7 Satap Majene memiliki indeks massa tubuh normal dengan citra tubuh negatif. Terdapat hubungan indeks massa tubuh dengan citra tubuh pada siswi SMP Negeri 7 Satap Majene.

## **SARAN**

Penelitian berikutnya dapat mempertimbangkan pengukuran variabel lain yang berpengaruh pada citra tubuh remaja putri.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada pimpinan Stikes Marendeng Majene dan Kepala Sekolah SMPN 7 Satap Majene serta seluruh responden yang telah bersedia mengikuti penelitian ini.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Aiman et al (2021), *Ketahanan pangan, asupan zat gizi dan IMT pada remaja pasca bencana di Kota Palu*.
- Almatsier, Sunita. (2019). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Gramedia. Hal. 10
- Almatsier, S., dkk. (2011). *Gizi Seimbang dalam DaurKehidupan*. Jakarta: PT. Gramedia. Hal. 1-343
- Amir et all (2023). *Hubungan citra tubuh dengan status gizi pada remaja SMAN 4 Maros Kabupaten Maros*.<http://jurnal.fkm.umi.ac.id/index.php/woph/>
- Arista, C. N., Gifari, N., Nuzrina, R., Sitoayu, L., & Purwara, L. (2021). Perilaku Makan, Kebiasaan Sarapan, Pengetahuan Gizi dan Status Gizi pada Remaja SMA di JAKARTA: Relationship of Eating Behavior, Breakfast Habits, Nutrition Knowledge with Nutritional Status of Students SMA in Jakarta. *Jurnal Pangan Kesehatan dan Gizi Universitas Binawan*, 2(1), 1-15.
- Cahyani, Yulianto & Irasanti (2020). *Hubungan kebiasaan sarapan dengan perubahan indeks massa tubuh pada mahasiswa fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung Angkatan 2018*.
- Ghozali (2016). *Aplikasi Analisis Multivariat dengan Program.IBM Spss 23*.
- Juliastuti et al, (2022), *faktor risiko internal citra tubuh negatif pada remaja putrid di masa Pandemi Covid-19*.
- Juliandi, A., Irfan., & Manurung, S. (2014). *Metodologi Penelitian Bisnis: Konsep dan Aplikasi*. Medan: UMSU Press.
- Karwati & Yusuf (2022), *hubungan index massa tubuh dengan body image mahasiswa (usia remaja akhir)*
- Khoerunnisa & Istianah (2021) *faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi remaja, remaja dengan aktifitas fisi berat memiliki IMT normal*.
- Kemenkes RI.( 2017). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta. Hal 8
- Kemenkes, (2018). *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas)*. Kementerian Kesehatan RI.
- Khomsan Ali (2024), *Pangan dan Gizi Untuk Kesehatan*. Jakarta.
- Merildiawati & Bintaro (2019), *Hubungan indeks massa tubuh dengan body jimage pada remaja putrid kelas 1 dan kelas 2 SMAN 4 Banda Aceh*.
- Nassare, Pollina, Ortega, Ferer Barbera (2023). *Citra tubuh Positsif, studi kualitatif tentang pengalaman sukses remaja, guru dan orang tua*. Nationl library of medicine.
- Nikmatul A., et al. (2022), *hubungan indeks massa tubuh (IMT) dengan citra tubuh pada remaja putrid desa Watesnegoro Kecamatan Ngoro Kabupaten Mojokerto*.
- Nurais, UK, Patimah, S., Ikhtiar, M., Batara, AS, & Idris, FP (2023). Hubungan Asupan Antioksidan Zinc Dengan Kejadian Kegemukan Pada Remaja Putri Di Kabupaten Majene. *Jendela Jurnal Kesehatan Masyarakat* , 4 (2), 162-171.

Rohmah MH, Rohmawati N, Sulistiyani S. (2020). *Hubungan Kebiasaan Sarapan dan Jajan dengan Status Gizi Remaja di Sekolah Menengah Pertama Negeri 14 Jember.*

Sugyono (2016). *Metode Penelitian Administrasi.*

SSGI (2022). *Wasting sebagai masalah gizi pada remaja.* Www.unicef.org>gizi

Utami & Setyarini (2017). *Faktor-faktor yang mempengaruhi indeks massa tubuh pada remaja 15-18 tahun di SMAN 14 Tangerang.*

World Health Organization, (2022). *Childhood overweight and obesity.*

Zurrahmi (2020). *Gambaran status gizi pada remaja putri SMAN 1 Bangikinang Kota tahun 2019.* <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php>