

BAB V

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

SMA Negeri 8 Denpasar adalah Sekolah Menengah Atas (SMA) yang didirikan pada tanggal 12 Maret 2007 dan berlokasi di Jalan Dam Peraupan No.25, Peguyangan Kaja, Kecamatan Denpasar Utara, Kota Denpasar, Provinsi Bali. SMA Negeri 8 Denpasar pertama kali dipimpin oleh Bapak Drs. Ida Bagus Ngurah, M.Si. Kemudian berdasarkan Surat Keputusan Gubernur Bali Nomor 796/04-B/HK/2018 tertanggal 12 Februari 2018, kepemimpinan sekolah dilanjutkan oleh Bapak Drs. Ketut Suyastra, M.Pd. Dan saat ini SMA Negeri 8 Denpasar dipimpin oleh Bapak Drs. I Made Arsana, M.Pd.

Sekolah ini sudah terakreditasi A, dengan luas tanah 1.382 m² dengan jenis bangunan permanen bertingkat, terdapat 36 ruang kelas, dilengkapi dengan Laboratorium Fisika, Laboratorium Kimia, Laboratorium Biologi, Laboratorium Bahasa, Laboratorium Komputer, Perpustakaan dan Ruangan Sanitasi siswa dan guru. Selain itu terdapat pula fasilitas seperti ruang UKS, ruang kesenian, Lapangan, dan Kantin.

Jumlah tenaga pendidik yang ada di sekolah adalah sebanyak 110 guru dengan pembagian 54 guru PNS dan 56 guru honorer. Dan dengan jumlah siswa keseluruhan tahun 2021/2022 yaitu 1598 siswa dengan pembagian 583 siswa kelas X, 501 siswa kelas XI dan 514 siswa kelas XII.

Dari hasil pengamatan peneliti di lingkungan sekolah SMA Negeri 8 Denpasar, lingkungan sekolah bersih dan asri serta udara yang sejuk karena sekolah SMA Negeri 8 Denpasar berbatasan langsung dengan hutan. Serta peran aktif siswa yang rajin membersihkan sekolah sehingga tidak terdapat sampah dilingkungan sekolah yang berserakan.

2. Karakteristik Sampel Penelitian

a. Umur Responden

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada dari 97 sampel yang diwawancarai dapat dilihat bahwa sampel yang paling banyak yaitu dengan umur 17 tahun sebanyak 52 sampel (54,6%), selanjutnya sampel terbanyak kedua yaitu umur 16 tahun sebanyak 44 sampel (45,4%), dan sampel yang paling sedikit yaitu umur 15 tahun sebanyak 1 sampel (1,0%). Data selengkapnya dapat dilihat pada tabel 4.

Tabel 4
Sebaran Sampel Berdasarkan Umur

Umur Responden	f	%
15	1	1,0
16	44	45,4
17	52	54,6
Total	97	100,0

b. Kelas Responden

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada dari 97 sampel yang diwawancarai dapat dilihat bahwa sebaran sampel berdasarkan kelasnya menunjukkan bahwa responden dari kelas jurusan IPA lebih banyak daripada responden dari kelas jurusan IPS. Sampel dari kelas jurusan IPA yaitu sebanyak 73 sampel (75,3%) dan dari kelas jurusan IPS yaitu sebanyak 24 sampel (24,7%). Data selengkapnya dapat dilihat pada tabel 5.

Tabel 5
Sebaran Sampel Berdasarkan Kelas

Kelas	F	%
IPA	73	75,3
IPS	24	24,7
Total	97	100,0

3. Persepsi Citra Tubuh

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan diketahui dari 97 sampel yang diteliti didapatkan bahwa sebagian besar sampel sebanyak 51 sampel (52,6%) memiliki persepsi citra tubuh yang negatif. Sedangkan sisanya 46 sampel (47,4%) memiliki persepsi citra tubuh yang positif. Untuk lebih jelasnya sebaran sampel berdasarkan persepsi citra tubuh dapat dilihat pada Tabel 6.

Tabel 6
Sebaran Sampel Berdasarkan Persepsi Citra Tubuh

Persepsi Citra Tubuh	f	%
Positif	46	47,4
Negatif	51	52,6
Total	97	100,0

4. Tingkat Konsumsi Energi

Tingkat Konsumsi Energi ditentukan dengan membandingkan konsumsi energi sampel dengan kebutuhan energi sampel yang dinyatakan dalam persentase. Rata – rata tingkat konsumsi energi sampel adalah sebesar 67,72%, tingkat konsumsi energi tertinggi yaitu 123,52% dan tingkat konsumsi energi terendah yaitu 43,19%. Dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa dari 97 sampel, kategori tingkat konsumsi energi sampel yang paling banyak yaitu defisit sebanyak 75 orang (77,3%). Selanjutnya kategori tingkat konsumsi energi sampel terbanyak kedua yaitu dengan kategori normal sebanyak 17 sampel (17,5%). Dan kategori tingkat konsumsi energi yang paling sedikit yaitu dengan kategori lebih sebanyak 5 orang (5,2%). Untuk lebih jelasnya sebaran sampel berdasarkan Tingkat Konsumsi Energi dapat dilihat pada Tabel 7.

Tabel 7
Sebaran Sampel Berdasarkan Tingkat Konsumsi Energi

Tingkat Konsumsi Energi	f	%
Defisit	75	77,3
Normal	17	17,5
Lebih	5	5,2
Total	97	100,0

5. Tingkat Konsumsi Protein

Tingkat konsumsi protein adalah jumlah protein yang dikonsumsi dalam satu hari yang dibandingkan dengan kecukupan protein dalam satu hari. Adapun rata-rata tingkat konsumsi protein dari 97 sampel yaitu 85,76%, tingkat konsumsi protein tertinggi yaitu 138,43% dan tingkat konsumsi protein terendah yaitu 59,38%. Berdasarkan asupan protein didapatkan rata-rata asupan protein 55,74 gram, asupan protein tertinggi 89,98 gram dan asupan protein terendah adalah 38,60 gram. Dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa dari 97 sampel, kategori tingkat konsumsi protein sampel yang paling banyak yaitu dengan kategori defisit sebanyak 67 orang (69,1%). Tingkat konsumsi protein sampel dengan kategori normal sebanyak 21 sampel (21,6%). Dan kategori tingkat konsumsi protein yang paling sedikit yaitu dengan kategori lebih sebanyak 9 orang (9,3%). Untuk lebih jelasnya sebaran sampel berdasarkan Tingkat Konsumsi Protein dapat dilihat pada Tabel 8.

Tabel 8
Sebaran Sampel Berdasarkan Tingkat Konsumsi Protein

Tingkat Konsumsi Protein	f	%
Defisit	67	69,1
Normal	21	21,6
Lebih	9	9,3
Total	97	100,0

6. Status Gizi Berdasarkan Indikator IMT/U

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada 97 sampel, diketahui status gizi remaja berdasarkan indikator IMT/U sampel yang paling banyak termasuk dalam kategori gizi buruk/kurang yaitu 56 sampel (57,7%), selanjutnya dengan status gizi baik yaitu sebanyak 29 sampel (29,9%), kemudian status gizi lebih/obesitas sebanyak 12 sampel (12,4%). Untuk lebih jelasnya sebaran sampel berdasarkan status gizi dapat dilihat pada Tabel 9.

Tabel 9
Sebaran Sampel Berdasarkan Status Gizi

Status Gizi	f	%
Gizi buruk/kurang	56	57,7
Gizi baik	29	29,9
Gizi lebih/obesitas	12	12,4
Total	97	100,0

7. Analisis Perbedaan Antar Variabel

a. Perbedaan Tingkat Konsumsi Energi dengan Persepsi Citra Tubuh

Berikut ini disajikan terkait perbedaan antar variabel yaitu tingkat konsumsi energi dengan persepsi citra tubuh. Data selengkapnya dapat dilihat pada tabel 10.

Tabel 10
Distribusi Frekuensi Sampel Menurut Variabel Tingkat Konsumsi Energi dan Persepsi Citra Tubuh

Persepsi Citra Tubuh	Tingkat Konsumsi Energi				Mann-Whitney Sig. (2-tailed)
	Rata-rata	Minimum	Maksimum	Standar Deviasi	
Positif	76,4	43,0	124,0	2,4	0,002
Negatif	60,0	43,0	96,0	1,6	

Berdasarkan data pada tabel 10, pada kelompok sampel yang memiliki persepsi citra tubuh yang positif diketahui tingkat konsumsi energi terendah yaitu 43,0% dan tingkat konsumsi energi tertinggi yaitu 124,0% dengan rata-rata tingkat konsumsi protein yaitu 76,4% yang menunjukkan tingkat konsumsi energi pada kategori defisit. Sedangkan untuk kelompok sampel yang memiliki persepsi citra tubuh yang negatif diketahui tingkat konsumsi energi terendah yaitu 43,0% dan tingkat konsumsi energi tertinggi yaitu 96,0% dengan rata-rata tingkat konsumsi energi yaitu 60,0% yang menunjukkan tingkat konsumsi energi sampel berada pada kategori defisit. Dengan demikian sampel yang memiliki persepsi citra tubuh yang negatif tingkat konsumsinya kecenderungan lebih rendah dari pada sampel dengan persepsi citra tubuh yang positif.

Menurut analisis statistik dengan uji *Mann-Whitney* diperoleh nilai $p = 0,002$ ($p < 0,05$). Dapat disimpulkan bahwa H_0 diterima dan H_a ditolak, yang berarti secara statistik ada perbedaan antara tingkat konsumsi energi dengan persepsi citra tubuh, yaitu semakin negatif persepsi citra tubuh sampel maka tingkat konsumsinya kecenderungan semakin menurun.

b. Perbedaan Tingkat Konsumsi Protein dengan Persepsi Citra Tubuh

Berikut ini disajikan terkait perbedaan antar variabel yaitu tingkat konsumsi energi dengan persepsi citra tubuh. Data selengkapnya dapat dilihat pada tabel 11.

Tabel 11
Distribusi Frekuensi Sampel Menurut Variabel Tingkat Konsumsi Protein dan Persepsi Citra Tubuh

Persepsi Citra Tubuh	Tingkat Konsumsi Protein				Mann-Whitney Sig. (2-tailed)
	Rata-rata	Minimum	Maksimum	Standar Deviasi	
Positif	90,2	63,0	138,0	2,0	0,022
Negatif	81,8	59,0	132,0	1,8	

Berdasarkan data pada tabel 11, pada kelompok sampel yang memiliki persepsi citra tubuh yang positif diketahui tingkat konsumsi protein terendah yaitu 63,0% dan tingkat konsumsi protein tertinggi yaitu 138% dengan rata-rata tingkat konsumsi protein yaitu 90,2% yang menunjukkan tingkat konsumsi protein pada kategori normal. Sedangkan untuk kelompok sampel yang memiliki persepsi citra tubuh yang negatif diketahui tingkat konsumsi protein terendah yaitu 59,0% dan tingkat konsumsi protein tertinggi yaitu 132,0% dengan rata-rata tingkat konsumsi protein yaitu 81,8% yang menunjukkan tingkat konsumsi protein sampel berada pada kategori defisit. Dengan demikian sampel yang memiliki persepsi citra tubuh yang negatif tingkat konsumsi proteinnya kecenderungan lebih rendah dari pada sampel dengan persepsi citra tubuh yang positif.

Menurut analisis statistik dengan uji *Mann-Whitney* diperoleh nilai $p = 0,022$ ($p < 0.05$). Dapat disimpulkan bahwa H_0 diterima dan H_a ditolak, yang berarti secara statistik ada perbedaan antara tingkat konsumsi protein dengan persepsi citra tubuh, yaitu semakin negatif persepsi citra tubuh sampel maka tingkat konsumsi proteinnya kecenderungan menurun.

c. Perbedaan Status Gizi dengan Persepsi Citra Tubuh

Berikut ini disajikan terkait perbedaan antar variabel yaitu status gizi dengan persepsi citra tubuh. Data selengkapnya dapat dilihat pada tabel 12.

Tabel 12
Distribusi Frekuensi Sampel Menurut Variabel Status Gizi Dengan Persepsi Citra Tubuh

Persepsi Citra Tubuh	Status Gizi			Standar Deviasi	<i>Mann-Whitney</i> Sig. (2-tailed)
	Rata-rata	Minimum	Maksimum		
Positif	-0,8	-3,9	3,2	1,7	0,002
Negatif	-1,8	-4,1	3,2	1,7	

Berdasarkan data pada tabel 12, dapat dilihat bahwa pada kelompok sampel yang memiliki persepsi citra tubuh yang positif diketahui nilai z-score terendah yaitu -3,9 dan nilai z-score tertinggi yaitu 3,2 dengan nilai rata-rata z-score yaitu -0,8 yang menunjukkan status gizi sampel berada pada kategori normal. Sedangkan untuk kelompok sampel yang memiliki persepsi citra tubuh yang negatif diketahui nilai z-score terendah yaitu -4,1 dan nilai z-score tertinggi yaitu 3,2 dengan nilai rata-rata z-score yaitu -1,8 yang menunjukkan status gizi sampel berada pada kategori normal. Dengan demikian sampel yang memiliki persepsi citra tubuh yang negatif status gizinya kecenderungan lebih rendah dari pada sampel dengan persepsi citra tubuh yang positif.

Menurut analisis statistik dengan uji *Mann-Whitney* diperoleh nilai $p = 0,002$ ($p < 0.05$). Dapat disimpulkan bahwa H_0 diterima dan H_a ditolak, yang berarti secara statistik ada perbedaan antara status gizi dengan persepsi citra tubuh, yaitu semakin negatif persepsi citra tubuh sampel maka status gizinya kecenderungan memburuk.

B. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa distribusi umur sampel di SMA Negeri 8 Denpasar sebagian besar menunjukkan bahwa dari 97 sampel penelitian yang berumur 17 tahun sebanyak 52 sampel (53,6%), umur 16 tahun sebanyak 44 sampel (45,4%), dan umur 15 tahun sebanyak 1 sampel (1,0%), sehingga sampel penelitian yang paling banyak adalah dari kategori umur 17

tahun. Sedangkan untuk distribusi kelas sampel sebagian besar adalah kelas jurusan IPA yaitu sebanyak 73 sampel (75,3%) dan dari kelas jurusan IPS yaitu sebanyak 24 sampel (24,7%).

Persepsi citra tubuh didefinisikan sebagai sikap atau kesan seseorang terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya. Ketika seseorang menganggap kondisi fisiknya tidak sesuai dengan konsep idealnya, maka individu tersebut akan merasa memiliki kekurangan secara fisik meskipun dalam pandangan orang lain sudah dianggap menarik. Gangguan terhadap persepsi citra tubuh dapat menyebabkan seseorang mengalami masalah gizi. Masalah gizi ini diakibatkan oleh pola makan yang dilakukan untuk menjaga bentuk tubuh sesuai dengan persepsi citra tubuh yang diharapkan. Kecemasan akan bentuk tubuh membuat remaja sengaja tidak makan dan berujung pada gangguan makan. Gangguan makan yang dialami dapat berupa *anorexia nervosa* (AN), *bulimia nervosa* (BN), *binge eating disorder* (BED) dan *eating disorders not otherwise specified* (EDNOS). Gangguan makan ini dapat menjadi permasalahan yang berhubungan dengan persepsi citra tubuh di kalangan remaja (Merita et al., 2020).

Berdasarkan hasil pengumpulan data mengenai persepsi citra tubuh, sebagian besar responden memiliki persepsi citra tubuh yang negatif terdapat 51 sampel (52,6%) dan sebanyak 46 sampel (47,4%) memiliki persepsi citra tubuh yang positif. Tingginya kasus persepsi citra tubuh yang negatif juga didukung oleh hasil penelitian dari (Hendarini, 2018) yang dilakukan terhadap 472 orang siswi di SMAN 1 KAMPAR, yang menunjukkan sebesar 51.5% sampel memiliki persepsi citra tubuh yang negatif, sedangkan yang memiliki persepsi citra tubuh yang positif sebanyak 48.5%. Selain itu hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Nisa & Rakhma, 2019) pada siswi di SMAN 2 Surakarta yang menunjukkan 51,9% memiliki persepsi citra tubuh yang negatif. Seseorang yang memiliki persepsi tubuh positif akan merasa puas terhadap dirinya sendiri, nyaman dan percaya diri. Sedangkan seseorang yang memiliki persepsi tubuh negatif akan menganggap tubuhnya tidak menarik, merasa malu, dan tidak percaya diri (Sitoayu et al., 2022).

Energi dihasilkan melalui proses metabolisme tubuh dengan cara mengubah makanan dan minuman yang dikonsumsi. Menurut WHO, kebutuhan

energi seseorang adalah konsumsi energi berasal dari makanan yang diperlukan untuk menutupi pengeluaran energi seseorang bila ia mempunyai ukuran dan komposisi tubuh dengan tingkat aktivitas yang sesuai dengan kesehatan jangka panjang. Sumber energi utama dalam tubuh adalah karbohidrat, selain karbohidrat protein dan lemak yang merupakan salah satu makronutrien sebagai sumber energi utama dan merupakan cadangan energi yang sangat efisien di dalam tubuh (Wiardani & Kusumajaya, 2018). Pada pengumpulan data tingkat konsumsi energi, sebagian besar responden memiliki tingkat konsumsi energi pada kategori defisit sebanyak 75 orang (77,3%). Kategori tingkat konsumsi energi sampel terbanyak kedua yaitu dengan kategori normal sebanyak 17 sampel (17,5%). Dan kategori tingkat konsumsi energi yang paling sedikit yaitu dengan kategori lebih sebanyak 5 orang (5,2%). Tingkat konsumsi energi tertinggi sampel yaitu 123,52% dan tingkat konsumsi energi terendah yaitu 43,19%. Secara rata-rata tingkat konsumsi energi sampel adalah sebesar 67,72%, yang menunjukkan rata-rata tingkat konsumsi energi sampel berada pada kategori defisit.

Selain energi, protein diperlukan tubuh untuk proses metabolik terutama pertumbuhan, perkembangan, merawat jaringan tubuh yang rusak (Arisman, 2004). Pada penelitian ini didapat hasil tingkat konsumsi protein sampel, tingkat konsumsi protein tertinggi yaitu 138,43% dan tingkat konsumsi protein terendah yaitu 59,38%, dengan rata-rata tingkat konsumsi protein sampel adalah sebesar 85,76% yang menunjukkan rata-rata tingkat konsumsi energi sampel berada pada kategori defisit. Dengan rata-rata asupan protein 55,74 gram, asupan protein tertinggi 89,98 gram dan asupan protein terendah adalah 38,60 gram. Dari 97 sampel penelitian didapat hasil bahwa sebagian besar sampel masuk dalam kategori defisit yaitu sebanyak 67 orang (69,1%). Tingkat konsumsi protein sampel dengan kategori normal sebanyak 21 sampel (21,6%). Dan kategori tingkat konsumsi protein yang paling sedikit yaitu dengan kategori lebih sebanyak 9 orang (9,3%).

Berdasarkan hasil recall asupan protein remaja yang lebih, kemungkinan disebabkan karena jumlah asupan sampel dalam sehari, yang menunjukkan remaja dengan asupan protein yang lebih cenderung mengonsumsi lauk lebih dari kebutuhan dalam sehari. Seperti mengonsumsi 2 sampai 3 potong daging ayam

dalam sekali makan. Sebaliknya asupan yang kurang kemungkinan disebabkan sampel remaja hanya sedikit mengonsumsi protein hewani ataupun nabati karena saat wawancara dengan sampel hanya mengonsumsi makanan dengan sumber protein 1 kali dalam sehari. Protein merupakan zat gizi kunci untuk pertumbuhan fisik anak karena sangat dibutuhkan untuk pertumbuhan tulang dan otot. Sejalan dengan manfaat protein sebagai zat gizi yang berperan dalam pertumbuhan, perkembangan, maka dibutuhkan 15%-20.% protein dari total kebutuhan atau keluaran per hari. Oleh karena itu perlu memperhatikan makanan yang dikonsumsi untuk kebutuhannya (Almatsier, 2002).

Berdasarkan data riset kesehatan dasar (Riskesdas) Provinsi Bali tahun 2018 (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018), prevalensi status gizi remaja di Kota Denpasar yaitu status gizi normal 72,01%, gemuk 12,90%, obesitas 7,55%, kurus 6,22%, sangat kurus 1,32%. Pada pengumpulan data status gizi, sebagian besar responden memiliki status gizi baik sebesar 56,7%, status gizi kurang sebesar 22,7%, status gizi lebih sebesar 10,3%, status gizi buruk sebesar 8,2%, dan obesitas sebesar 2,1%. Hal ini menandakan masih tingginya kejadian status gizi kurang di SMA Negeri 8 Denpasar jika dibandingkan dengan prevalensi data riset kesehatan dasar di Kota Denpasar. Sejalan pula dengan hasil penelitian (Hendarini, 2018) dimana prevalensi status gizi kurang pada siswi di SMAN 1 Kampar yaitu sebesar 18,3%.

Pada kelompok sampel yang memiliki persepsi citra tubuh yang positif diketahui tingkat konsumsi energi terendah yaitu 43,0% dan tingkat konsumsi energi tertinggi yaitu 124,0% dengan rata-rata tingkat konsumsi protein yaitu 76,4% yang menunjukkan tingkat konsumsi energi pada kategori defisit. Sedangkan untuk kelompok sampel yang memiliki persepsi citra tubuh yang negatif diketahui tingkat konsumsi energi terendah yaitu 43,0% dan tingkat konsumsi energi tertinggi yaitu 96,0% dengan rata-rata tingkat konsumsi energi yaitu 60,0% yang menunjukkan tingkat konsumsi energi sampel berada pada kategori defisit. Dengan demikian sampel yang memiliki persepsi citra tubuh yang negatif tingkat konsumsinya kecenderungan lebih rendah dari pada sampel dengan persepsi citra tubuh yang positif. Ada perbedaan antara tingkat konsumsi

energi dengan persepsi citra tubuh, yaitu semakin negatif persepsi citra tubuh sampel maka tingkat konsumsi energinya kecenderungan menurun.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh (Irawati et al., 2021) menunjukkan bahwa siswi yang tidak puas terhadap *Body Image* banyak ditemukan pada siswi yang mengalami KEK, dibandingkan dengan siswi yang normal. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Zahrah & Muniroh, 2020) pada mahasiswa gizi, di dalam penelitiannya menyatakan, ada hubungan antara asupan energi dengan *body image*. Menurut pendapat (Abramson, 2007) yang menyatakan bahwa tingkat tidak puas terhadap tubuh tidak hanya berhubungan dengan remaja yang memiliki bentuk tubuh gemuk, tetapi dapat terjadi pada individu yang memiliki bentuk badan kurus.

Pada kelompok sampel yang memiliki persepsi citra tubuh yang positif diketahui tingkat konsumsi protein terendah yaitu 63,0% dan tingkat konsumsi protein tertinggi yaitu 138% dengan rata-rata tingkat konsumsi protein yaitu 90,2% yang menunjukkan tingkat konsumsi protein pada kategori normal. Sedangkan untuk kelompok sampel yang memiliki persepsi citra tubuh yang negatif diketahui tingkat konsumsi protein terendah yaitu 59,0% dan tingkat konsumsi protein tertinggi yaitu 132,0% dengan rata-rata tingkat konsumsi protein yaitu 81,8% yang menunjukkan tingkat konsumsi protein sampel berada pada kategori defisit. Dengan demikian sampel yang memiliki persepsi citra tubuh yang negatif tingkat konsumsinya kecenderungan lebih rendah dari pada sampel dengan persepsi citra tubuh yang positif. Ada perbedaan antara tingkat konsumsi protein dengan persepsi citra tubuh, yaitu semakin negatif persepsi citra tubuh sampel maka tingkat konsumsinya kecenderungan menurun. Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Sugiar & Dieny, 2018) menunjukkan skor body image dan asupan protein memperoleh hasil p-value = 0,948 ($< 0,05$), dapat dikatakan bahwa tidak ada hubungan yang berarti antara skor body image dan asupan protein. Faktor yang dapat diasumsikan menjadi penyebab kurangnya asupan protein adalah terbatasnya uang saku siswa. Diketahui secara umum harga makanan sumber protein lah yang paling tinggi diantara lainnya, sehingga menipisnya uang saku mempengaruhi pemilihan menu makanan.

Pada kelompok sampel yang memiliki persepsi citra tubuh yang positif diketahui nilai z-score terendah yaitu -3,9 dan nilai z-score tertinggi yaitu 3,2 dengan nilai rata-rata z-score yaitu -0,8 yang menunjukkan status gizi sampel berada pada kategori normal. Sedangkan untuk kelompok sampel yang memiliki persepsi citra tubuh yang negatif diketahui nilai z-score terendah yaitu -4,1 dan nilai z-score tertinggi yaitu 3,2 dengan nilai rata-rata z-score yaitu -1,8 yang menunjukkan status gizi sampel berada pada kategori normal. Dengan demikian sampel yang memiliki persepsi citra tubuh yang negatif status gizinya kecenderungan lebih rendah dari pada sampel dengan persepsi citra tubuh yang positif. Ada perbedaan antara status gizi dengan persepsi citra tubuh, yaitu semakin negatif persepsi citra tubuh sampel maka status gizinya kecenderungan memburuk.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Muhammad Dimas Bimantara et al., 2019) pada siswi di SMA Negeri 9 Surabaya, menunjukkan bahwa terdapat hubungan bermakna antara status gizi dengan persepsi citra tubuh. Dalam penelitian (Yusintha, 2018) menyatakan semakin tinggi ketidakpuasan terhadap citra tubuh, maka status gizinya semakin tidak normal. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh (Purnama, 2021) juga menyatakan ada hubungan antara body image dengan status gizi remaja, dimana semakin meningkat status gizi remaja maka akan diikuti dengan body image yang semakin negatif. Penyebab adanya body image karena remaja putri sangat sensitif terhadap penampilan dirinya dan bagaimana kondisi wajahnya, apakah orang lain menyukai wajahnya serta selalu mempersepsikan seperti apa tubuhnya dan apa yang diinginkan dari tubuhnya. Persepsi diri tentang body image atau citra tubuh dapat mempengaruhi pola konsumsi seseorang, dimana pola konsumsi sehari-hari berkontribusi dalam pemenuhan nutrisi harian yang dapat berdampak pada status gizi seseorang (Margiyanti, 2021).

Ketidakpuasan terhadap tubuh sendiri lebih sering terjadi pada remaja putri dibandingkan dengan remaja putra, sehingga remaja putri lebih sering memiliki persepsi citra tubuh negatif (Ruslie & Darmadi, 2012). Menurut (Prisilia et al., 2019) status gizi seseorang tergantung dari asupan gizi dan kebutuhannya, jika antara asupan gizi dan kebutuhannya seimbang, maka akan menghasilkan

status gizi yang baik. Status gizi remaja dipengaruhi oleh berbagai macam faktor, salah satu faktor yang berhubungan dengan status gizi adalah aktivitas fisik. Faktor lain yang berhubungan dengan status gizi remaja adalah *body image*. Pada masa remaja, *body image* dan *self-esteem* memiliki hubungan yang erat, sehingga masalah mengenai *body image* dipandang sebagai hal yang luar biasa bagi seorang remaja (Fikawati et al., 2017). Selain status gizi, terdapat tiga faktor sosiokultural yang dapat memengaruhi *body image*, yaitu keluarga, teman sebaya dan media massa. Komentar yang diberikan oleh saudara kandung atau orang tua dapat memengaruhi bagaimana seorang anak memandang diri mereka dan tindakan yang mereka lakukan untuk mencapai penampilan yang keluarga mereka inginkan. Tekanan dari ibu untuk menjadi kurus dan menarik memiliki pengaruh yang kuat pada penampilan fisik seorang remaja putri dan lebih mungkin untuk mengalami *body image* negatif. Masa remaja merupakan masa seorang individu mengembangkan identitasnya serta masa ketika pengaruh teman sebaya dapat memberikan dampak kepada bagaimana seorang remaja tersebut melihat dirinya. *Body image* seorang remaja putri dapat berubah dari positif menjadi negatif hanya dengan mendengarkan komentar teman sebayanya akan ketidakpuasan terhadap tubuhnya atau membicarakan penampilan dengan teman sebaya (Dogan et al., 2018).