

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Telaah Pustaka

1. Status Gizi Remaja

a. Remaja

Remaja adalah peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa yang terjadi pada rentang usia 10 sampai 18 tahun.⁴ Pada masa remaja terjadi pertumbuhan yang sangat cepat (*growth spurt*) yang akan memengaruhi perubahan berat badan, massa tulang dan aktivitas fisik, sehingga kebutuhan gizi pada remaja harus tercukupi. Perubahan fisik tersebut juga disertai dengan kematangan seksual yang berpengaruh terhadap gambaran diri (*self image*) pada remaja.¹⁷

b. Masalah Gizi Remaja

Masalah gizi pada remaja merupakan masalah yang penting karena pada masa ini merupakan periode pertumbuhan dan perkembangan yang cepat. Gizi yang tidak seimbang dan memadai selama masa ini dapat memberikan dampak negatif jangka pendek maupun jangka panjang bagi kesehatan dan perkembangan remaja. Berikut adalah beberapa masalah gizi pada remaja:

1) Gangguan makan

Gangguan makan menjadi salah satu masalah gizi yang penting pada remaja, kondisi ini tidak hanya memengaruhi

asupan nutrisi tetapi juga berdampak pada kesehatan fisik dan mental seseorang. Ada dua gangguan makan yang biasa terjadi pada remaja yaitu *bulimia nervosa* dan anoreksia. Kedua gangguan ini biasanya terjadi karena obsesi terhadap tubuh langsing dengan cara menguruskan badan. Ciri-ciri seseorang dengan gangguan ini yaitu sangat mengontrol asupan makan, kehilangan berat badan drastis tetapi melarang dirinya mengkonsumsi makanan berat, serta tidak menstruasi selama beberapa periode karena gangguan hormonal.¹⁸

2) Obesitas

Obesitas pada masa remaja dapat memicu penyakit kronis seperti diabetes tipe 2, hipertensi dan masalah jantung. Obesitas juga berdampak pada perkembangan fisik, gangguan citra tubuh, serta kesehatan mental seperti rendahnya kepercayaan diri dan depresi. Pola makan yang tinggi kalori dan rendah nutrisi, kurangnya aktivitas fisik, serta tekanan sosial menjadi faktor penyebab obesitas pada remaja yang dapat menghambat perkembangan dan kualitas hidup di masa depan.¹⁹

3) Kekurangan Energi Kronis (KEK)

Penyebab utama Kekurangan Energi Kronis (KEK) adalah pola makan yang tidak seimbang, terutama karena asupan kalori yang rendah dan kurangnya nutrisi seperti protein, vitamin dan mineral. Remaja yang mengalami KEK beresiko lebih tinggi

mengalami masalah kesehatan jangka panjang dan perkembangan fisik yang tidak maksimal. Selain itu, KEK pada remaja dapat menyebabkan pertumbuhan yang lambat, penurunan daya tahan tubuh, menurunkan konsentrasi dan prestasi akademik.²⁰

4) Anemia

Anemia karena kekurangan zat besi paling banyak dijumpai pada perempuan. Remaja, terutama perempuan rentan terhadap anemia akibat menstruasi dan pola makan yang tidak seimbang. Remaja perempuan membutuhkan lebih banyak zat besi daripada laki-laki, agar zat besi yang diserap oleh tubuh lebih banyak maka diperlukan bahan makanan yang berkualitas tinggi seperti daging, ikan, ayam dan bahan makanan yang tinggi vitamin C yang dapat membantu proses penyerapan zat besi.²¹

c. Status Gizi pada Remaja

Pada masa remaja tubuh menuntut kebutuhan gizi yang tinggi. Tingginya kebutuhan energi dan zat gizi pada remaja dikarenakan terjadi perubahan dan penambahan berbagai dimensi tubuh seperti berat badan, tinggi badan, massa tubuh serta komposisi tubuh. Pada saat remaja, akan mengalami pertumbuhan fisik yang pesat serta perkembangan dan maturasi seksual, sehingga pemenuhan kebutuhan zat gizi merupakan hal yang mutlak. Defisiensi atau kekurangan energi dan zat gizi pada saat remaja dapat berdampak

negatif yang akan berlanjut hingga dewasa.¹⁷ Status gizi pada remaja dapat dikelompokkan menjadi lima yaitu, sangat kurus, kurus, normal, gemuk dan obesitas.²²

d. Penilaian Status Gizi Remaja

Penilaian secara antropometri merupakan dasar untuk menilai status gizi. Penilaian status gizi remaja dengan menggunakan Indeks Massa Tubuh (IMT) adalah metode yang menentukan apakah remaja memiliki berat badan yang sesuai dengan tinggi badannya. Rumus perhitungan IMT yaitu:

$$IMT = \frac{\text{Berat Badan (kg)}}{\text{Tinggi badan (m)} \times \text{Tinggi badan (m)}}$$

Klasifikasi ambang batas status gizi (IMT/U) untuk remaja umur 16-18 tahun menurut Kementerian Kesehatan yaitu:²²

Tabel 2. Klasifikasi Status Gizi	
Kategori Status Gizi	Nilai IMT
Sangat Kurus	<17,0 kg/m ²
Kurus	17,0-<18,5 kg/m ²
Normal	18,5-25,0 kg/m ²
Gemuk	>25,0-27,0 kg/m ²
Obesitas	>27,0 kg/m ²

2. Faktor-faktor Yang Memengaruhi Status Gizi Remaja

Status gizi remaja dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik dari individu maupun lingkungan. Berikut beberapa faktor utama yang memengaruhi status gizi remaja yaitu:

a. Asupan Makanan

Asupan makanan merupakan kebutuhan dasar dalam kehidupan manusia dan sumber energi utama yang digunakan untuk

menunjang kegiatan dan aktivitas sehari-hari. Konsumsi makanan bergantung pada jumlah dan jenis pangan yang dibeli, kesediaan pangan dalam keluarga serta kebiasaan makan pada tiap individu.²³ Asupan zat gizi yang seimbang dan tepat dapat menghasilkan status gizi yang baik, sedangkan asupan gizi yang kurang atau berlebihan akan menghasilkan masalah gizi seperti gizi buruk dan obesitas. Remaja perlu mengonsumsi makanan dengan gizi yang seimbang dan sesuai dengan kebutuhannya, karena tercapainya gizi yang seimbang dapat bermanfaat dalam mencegah terjadinya masalah kesehatan dan gizi.²⁴

b. Persepsi Tubuh

Persepsi tubuh sangat memengaruhi status gizi remaja karena persepsi mereka tentang tubuh mereka sendiri memengaruhi pola makan, kesehatan mental dan perilaku makan. Remaja yang memiliki citra tubuh negatif beresiko tinggi mengalami masalah gizi seperti kekurangan atau kelebihan gizi. Pemberian edukasi tentang citra tubuh yang sehat dan pentingnya pola makan seimbang sangat penting membantu remaja mengelola persepsi tubuh dan status gizi mereka.²⁵

c. Pengetahuan Gizi

Pengetahuan gizi pada remaja sangat penting karena kebutuhan gizi seseorang akan terpenuhi jika memilih makanan yang mampu untuk mencukupi kebutuhan gizi dalam pertumbuhan yang

optimal, karena pengetahuan gizi memberikan informasi yang berhubungan dengan gizi, makanan dan hubungannya pada kesehatan.²⁶

d. Aktivitas Fisik

Aktivitas fisik menjadi salah satu faktor yang memengaruhi status gizi remaja. Aktivitas fisik dapat membantu meningkatkan metabolisme tubuh yang menyebabkan cadangan energi yang tertimbun dalam tubuh berupa zat lemak dapat terbakar sebagai kalori. Kurangnya aktivitas fisik menyebabkan banyak energi yang tersimpan sebagai lemak, sehingga orang yang kurang melakukan aktivitas fisik cenderung menjadi gemuk. Semakin tinggi aktivitas fisik remaja, semakin rendah kejadian obesitas.²⁷

e. Sosial Ekonomi

Status sosial ekonomi memengaruhi status gizi melalui beberapa faktor seperti akses ke makanan, pendidikan, layanan kesehatan dan kondisi lingkungan. Status sosial ekonomi yang tinggi cenderung memiliki kemampuan yang lebih baik untuk menjaga kesehatan dan gizi mereka.²⁸

f. Dukungan komunitas dan Teman Sebaya

Lingkungan memiliki dampak yang besar terhadap status gizi remaja melalui berbagai faktor yang memengaruhi pilihan makanan, aktivitas fisik dan akses terhadap makanan bergizi. Lingkungan yang mendukung kebiasaan hidup sehat akan membantu remaja dalam

menjaga status gizi yang baik, sementara lingkungan yang kurang mendukung dapat meningkatkan risiko masalah gizi dan kesehatan.²⁹

3. *Body Image*

a. Pengertian *Body Image*

Body image atau citra tubuh adalah persepsi, keyakinan dan sikap seseorang terhadap tubuhnya sendiri termasuk bagaimana mereka memandang bentuk, ukuran, dan penampilan fisik mereka. *Body image* yang sehat atau positif memungkinkan seseorang merasa nyaman dan menerima tubuh mereka apa adanya, sedangkan citra tubuh negatif dapat menyebabkan ketidakpuasan dan berbagai masalah kesehatan mental.³⁰

b. Aspek-aspek *Body Image*

Aspek *body image* atau citra tubuh mencakup berbagai elemen yang memengaruhi bagaimana seseorang memandang, merasakan, dan bereaksi terhadap tubuhnya. Aspek *body image* dibagi menjadi lima, yaitu:³¹

1) Evaluasi penampilan (*Appreance evaluation*)

Evaluasi penampilan pada *body image* merujuk pada proses dimana seseorang menilai dan memandang penampilan fisik mereka sendiri. Evaluasi penampilan dimulai dengan bagaimana seseorang memandang tubuh mereka, termasuk ukuran, bentuk, warna kulit dan fitur wajah.

2) Orientasi penampilan (*Appreance orientation*)

Orientasi penampilan merujuk pada sejauh mana seseorang memandang pentingnya penampilan fisik mereka dan bagaimana mereka merawat serta memperhatikan penampilan tersebut. Hal ini mencakup persepsi individu terhadap tubuhnya, pakaian, gaya rambut dan hal lain yang berkaitan dengan estetika tubuh.

3) Kepuasan bagian tubuh (*Body area satisfaction*)

Kepuasan bagian tubuh menggambarkan sejauh mana seseorang merasa puas atau tidak puas terhadap bagian-bagian tertentu pada tubuhnya.

4) Kecemasan menjadi gemuk (*Overweight preoccupation*)

Kecemasan menjadi gemuk menggambarkan kekhawatiran atau kecemasan berlebihan seseorang terhadap kemungkinan menjadi gemuk atau bertambah berat badan. Kecemasan ini biasanya ada karena persepsi negatif tentang tubuh, takut berat badan naik, dan terkadang dipengaruhi norma sosial atau budaya mengenai penampilan tubuh ideal.

5) Pengkategorian ukuran tubuh (*Self-classified weight*)

Pengkategorian ukuran tubuh menggambarkan cara individu mengkategorikan atau menilai ukuran tubuh mereka sendiri, penilaian tersebut berdasarkan persepsi sendiri dan

bukan karena pengukuran objektif seperti Indeks Massa Tubuh (IMT).

c. Faktor yang Memengaruhi *Body Image*

Body image tidak hanya terbatas pada penampilan fisik, tetapi juga mencakup bagaimana seseorang merasakan tubuhnya dan bagaimana perasaan ini memengaruhi kepercayaan diri dan kesehatan psikologisnya. Ada beberapa faktor yang memengaruhi *body image*, yaitu:

1) Jenis kelamin

Wanita lebih sering menunjukkan ketidakpuasan tubuh dibandingkan dengan pria, karena wanita lebih sering menerima tekanan dari media dan masyarakat mengenai penampilan fisik mereka. Perbedaan dalam norma-norma gender ini menciptakan standar tubuh ideal yang berbeda untuk setiap jenis kelamin, sehingga memengaruhi bagaimana laki-laki dan perempuan memandang tubuh mereka sendiri.³²

2) Media massa

Media massa sangat berpengaruh terhadap *body image* atau citra tubuh seseorang. Media massa memengaruhi *body image* dengan mempromosikan standar kecantikan yang tidak realistis dan membentuk ekspektasi yang sempit tentang tubuh ideal. Tekanan dari media ini sering kali menyebabkan ketidakpuasan tubuh, rendahnya kepercayaan diri, hingga

masalah kesehatan mental terutama pada kelompok rentan seperti remaja.³³

3) Hubungan interpersonal

Interaksi dengan orang-orang disekitar kita dapat memberikan umpan balik yang kuat mengenai penampilan fisik. Adanya kritik, pujian, atau dukungan dari teman, keluarga, dan pasangan dapat membentuk persepsi seseorang tentang tubuh mereka. Pengaruh dari lingkungan sosial juga dapat memperkuat atau memperlemah rasa percaya diri seseorang mengenai tubuhnya, serta mendorong perilaku yang berhubungan dengan perawatan tubuh dan kesehatan fisik.³⁴

d. Pengukuran *Body Image*

Data mengenai *body image* diperoleh melalui kuesioner BSQ atau *Body Shape Questionnaire short version* yang terdiri dari 16 pertanyaan. BSQ adalah salah satu skala yang digunakan untuk menilai persepsi tubuh pada orang dewasa. Pengukuran BSQ sesuai dengan apa yang mereka rasakan sekurang-kurangnya empat minggu terakhir dengan skala nomor 1 sampai 6. Skala nomor tersebut yaitu 1 untuk tidak pernah, 2 untuk jarang, 3 untuk kadang-kadang, 4 untuk sering, 5 untuk sangat sering dan 6 untuk selalu. Variabel *body image* dikategorikan menjadi *body image* positif (skor <38) dan *body image* negatif (skor $\geq$ 38). Semakin tinggi skor *body image* menunjukkan persepsi tubuh semakin buruk.³⁵

4. Perilaku Makan

a. Pengertian Perilaku Makan

Perilaku makan adalah segala tindakan atau kebiasaan yang berhubungan dengan pola konsumsi makanan seseorang. Perilaku makan mencakup berbagai aspek mulai dari pemilihan jenis makanan, frekuensi makan, porsi makan, hingga cara seseorang merespon rasa lapar dan kenyang. Perilaku makan sangat penting untuk mengembangkan kebiasaan makan yang sehat, yang akhirnya berkontribusi pada status gizi yang baik dan kesehatan secara menyeluruh.³⁶

b. Faktor yang Memengaruhi Perilaku Makan

Faktor yang memengaruhi perilaku makan seseorang digolongkan menjadi dua faktor, yaitu faktor intrinsik dan faktor ekstrinsik.³⁶

1) Faktor intrinsik

Faktor intrinsik yang memengaruhi perilaku makan remaja adalah faktor-faktor internal yang berasal dari dalam diri individu tersebut. Beberapa faktor intrinsik utama yang memengaruhi perilaku makan remaja meliputi:

a) Karakteristik dan Kebutuhan Fisiologis

Jenis kelamin dan usia merupakan faktor yang memengaruhi pentingnya konsumsi makan seseorang, karena jenis kelamin menentukan besar kecilnya kebutuhan gizi bagi seseorang. Pada masa remaja mengalami fase

pertumbuhan yang pesat sehingga kebutuhan energi dan nutrisi mereka juga meningkat. Hal ini dapat memengaruhi frekuensi dan jumlah makanan yang dikonsumsi. Selain itu, peningkatan hormon pertumbuhan, estrogen, dan testosteron memengaruhi nafsu makan dan pola makan.

b) Perkembangan Psikologis Kesehatan

Perkembangan psikologis kesehatan mental memainkan peran penting dalam memengaruhi perilaku makan remaja karena masa remaja adalah periode perubahan yang cepat, baik dari segi fisik, emosional, dan sosial. Hal ini memengaruhi perilaku makan remaja melalui banyak aspek seperti pencarian identitas, perubahan emosional, tekanan sosial, kesehatan mental dan lingkungan keluarga. Semua faktor ini saling terkait dan memiliki dampak yang signifikan terhadap perilaku makan remaja.

2) Faktor Ekstrinsik

Faktor ekstrinsik adalah faktor-faktor eksternal yang memengaruhi perilaku makan seseorang. Berikut adalah beberapa faktor ekstrinsik yang memengaruhi perilaku makan yaitu:

a) Keluarga dan Kebiasaan Orangtua

Kebiasaan makan keluarga, termasuk pola makan dan jenis makanan yang disediakan di rumah sangat memengaruhi perilaku makan. Orang tua yang membiasakan makan sehat atau teratur dapat membentuk kebiasaan makan sehat pada anak-anak mereka.

b) Lingkungan Sosial

Interaksi dengan teman sering kali memengaruhi perilaku makan terutama pada remaja. Saat berkumpul bersama teman-teman, seseorang mungkin cenderung mengikuti pola makan kelompok, seperti makan makanan cepat saji atau *fast food*. Selain itu, makanan sering kali menjadi bagian penting di acara sosial seperti pesta atau pertemuan keluarga. Ketersediaan dari jenis makanan yang dikonsumsi dalam acara-acara ini dapat memengaruhi pola makan seseorang.

c) Lingkungan Budaya dan Agama

Budaya seringkali menentukan jenis makanan yang dianggap normal atau diterima dalam suatu kelompok masyarakat. Di beberapa budaya, makan bersama merupakan tradisi penting yang dapat meningkatkan konsumsi makanan. Pada masyarakat terdapat kepercayaan bahwa nilai spiritual yang tinggi dapat dicapai oleh seorang

ibu atau anaknya apabila ibu tersebut mampu memenuhi pantangan dalam hal makanan.

d) Lingkungan Ekonomi

Kebiasaan makan sangat ditentukan oleh kelompok-kelompok masyarakat menurut taraf ekonominya. Masyarakat dengan pendapatan lebih tinggi cenderung memiliki akses ke makanan segar, sehat dan bergizi. Sementara mereka dengan pendapatan lebih rendah mungkin lebih sering mengkonsumsi makanan olahan atau makanan cepat saji yang lebih murah tetapi kurang sehat.

e) Media Massa

Media massa seringkali menampilkan tren makanan, tantangan diet, atau gambar makanan yang memengaruhi preferensi seseorang. Remaja cenderung mudah dipengaruhi oleh apa yang mereka lihat di media sosial. Hal ini bisa mengarahkan para remaja untuk mencoba jenis makanan baru atau diet tertentu.

c. Pengukuran Perilaku Makan

Pengukuran perilaku makan menggunakan Instrumen *Adolescent Food Habits Checklist* (AFHC). AFHC adalah kuesioner untuk mengukur kebiasaan makan sehat khusus untuk remaja. AFHC mengacu pada situasi remaja yang cenderung memiliki kontrol pribadi dalam memilih makanan. Perilaku makan baik ditunjukkan

dengan membatasi makanan tinggi lemak dan gula, meningkatkan konsumsi buah dan sayur serta menerapkan pola makan sehat. AFHC terdiri dari 23 pertanyaan yang terdiri dari respon perilaku makan baik, tidak baik dan tidak berlaku pada saya.³⁷

5. Hubungan *Body Image* dan Perilaku Makan dengan Status Gizi

Body image memengaruhi status gizi karena pandangan seseorang terhadap tubuhnya dapat memengaruhi pola makan, pemilihan makanan, serta kebiasaan yang mereka lakukan. Remaja akan selalu berusaha untuk meningkatkan perhatian bentuk tubuhnya dengan melakukan sesuatu agar penampilan fisiknya terlihat lebih menarik. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Ardhana Yulisma pada remaja putri di Gampong Pasar menunjukkan terdapat hubungan antara *body image* dengan status gizi remaja putri. Hal ini berarti semakin rendah kepuasan terhadap *body image* maka status gizinya juga semakin tidak normal dan semakin tinggi kepuasan terhadap *body image* maka status gizinya semakin normal.³⁸

Penelitian yang dilakukan oleh Wulan Nur Insani menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara *body image* dengan status gizi dengan nilai $p=0,001(<0,05)$.³⁹ Hal tersebut juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan Ria Yulianti Triwahyuningsih yang dilakukan pada remaja putri di SMAN 2 Kota Cirebon yang menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *body image* dengan status gizi dengan nilai $p=0,000$. Remaja sering terjadi ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh, karena lebih mudah dipengaruhi oleh media dan

trend masa kini. *Body image* negatif pada remaja dapat menyebabkan perilaku makan yang tidak sehat yang memengaruhi status gizinya baik kekurangan maupun kelebihan gizi.⁴⁰

Perilaku makan seseorang berpengaruh langsung terhadap status gizi. Pola makan yang seimbang dan sehat mendukung status gizi yang baik dengan memenuhi kebutuhan tubuh akan karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral. Sebaliknya, pola makan yang tidak sehat seperti makanan tinggi lemak dan gula atau pola makan tidak seimbang dapat menyebabkan masalah gizi seperti kelebihan gizi atau obesitas. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Srinur Nilawati pada mahasiswa putri keperawatan di Universitas Abadi Langkat menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku makan dengan status gizi. Sebagian remaja putri lebih memperhatikan berat badan dan bentuk tubuhnya dibandingkan dengan asupan makanan yang dibutuhkan. Hal ini berakibat pada pembatasan asupan makanan yang salah pada remaja tersebut.¹⁴

Penelitian yang dilakukan Afrina juga menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara perilaku makan dengan status gizi. Hasil uji *chi-square* didapatkan nilai $p=0,000$ ($\leq 0,05$) yang berarti ada hubungan bermakna antara perilaku makan dengan status gizi pada remaja putri. Remaja putri yang memiliki perilaku makan tidak seimbang beresiko mengalami gangguan makan dan cenderung mengalami status gizi tidak normal (kurus dan gemuk).⁴¹ Hal tersebut sejalan dengan

penelitian status gizi pada mahasiswa putri di Universitas Abadi Langkat yang menunjukkan adanya hubungan yang bermakna dengan nilai $p=0,001$.¹⁴ Semakin buruk perilaku makan seseorang maka status gizinya juga akan mengikuti perilaku tersebut. Seseorang dengan perilaku makan buruk atau tidak seimbang biasanya lebih beresiko terjadi kekurangan gizi dan kelebihan gizi.

6. Teori Perubahan Perilaku PRECEDE-PROCEED

Model PRECEDE-PROCEED adalah model yang sering digunakan dalam promosi kesehatan dan perubahan perilaku. Teori ini dikembangkan oleh Lawrence W. Green dan M. Kreuter. Bagian PRECEDE terdiri atas *Predisposing, Reinforcing, and Enabling Constructs in Educational Diagnosis and Evaluation*, yang berfokus pada diagnosis dan analisis faktor-faktor yang memengaruhi perilaku kesehatan sebelum intervensi dilakukan. Sedangkan bagian PROCEED terdiri atas *Policy, Regulatory and Organizational Constructs in Educational and Environmental Development*, yang berfokus pada implementasi pemantauan dan evaluasi intervensi kesehatan yang telah dirancang berdasarkan tahap PRECEDE.⁴²

Menurut Lawrence W. Green dan M. Kreuter, perilaku dipengaruhi oleh tiga faktor yaitu:

a. Faktor predisposisi

Faktor predisposisi atau *predisposing factors* yaitu faktor yang mendasari atau memotivasi individu atau kelompok untuk bertindak

atas perilaku tertentu, yang termasuk dalam faktor predisposisi yaitu pengetahuan, sikap, nilai-nilai budaya, persepsi, dan beberapa karakteristik individu seperti usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan dan pekerjaan.

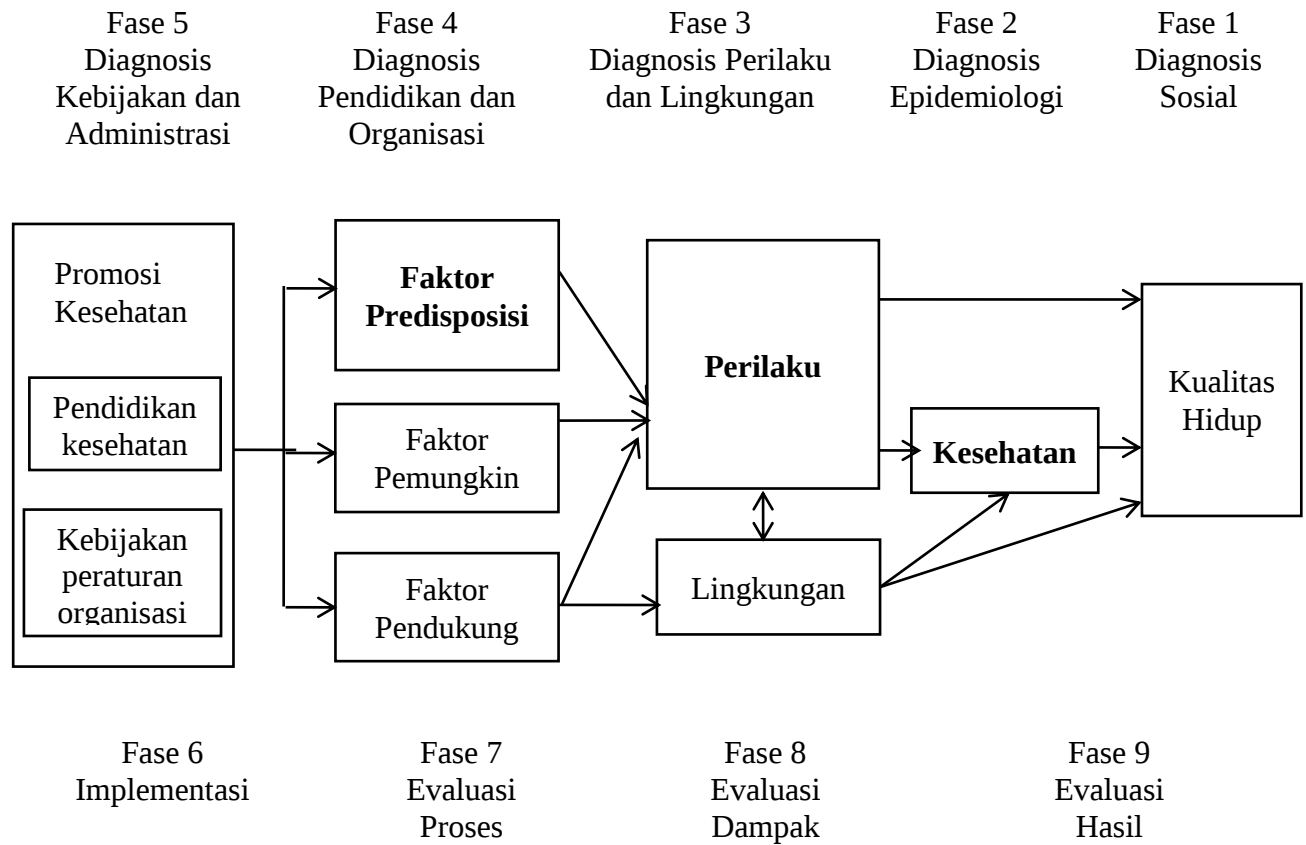
b. Faktor pemungkin

Faktor pemungkin atau *enabling factors* yaitu faktor yang memfasilitasi atau memungkinkan seseorang untuk melakukan suatu perilaku. Faktor ini meliputi sumber daya, keterampilan dan akses yang mendukung individu atau kelompok.

c. Faktor penguat

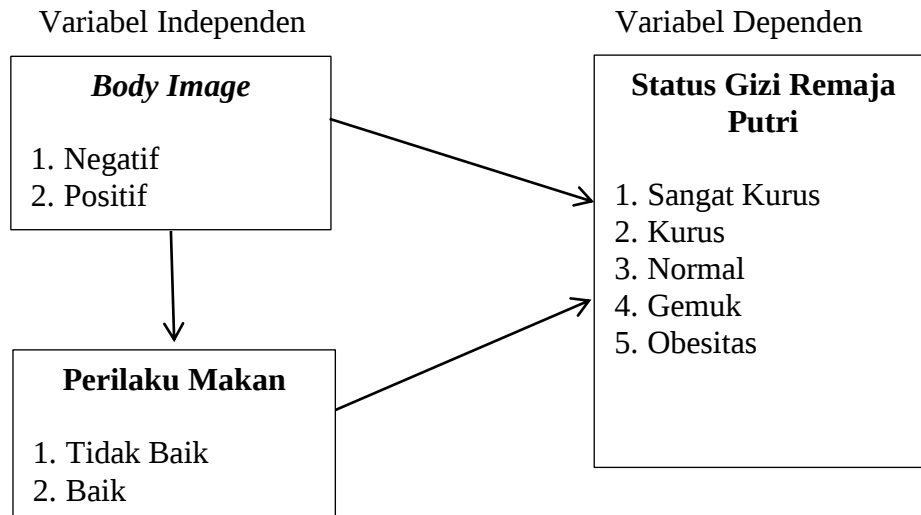
Faktor penguat atau *reinforcing factors* yaitu faktor yang memperkuat atas terjadinya suatu perilaku tertentu. Faktor ini meliputi tokoh masyarakat, guru, petugas kesehatan, orang tua dan pemegang keputusan yang dapat mendorong orang untuk berperilaku.

B. Kerangka Teori



Gambar 1. Kerangka Teori Precede Proceed (Lawrence Green dan Marshall W. Kreuter).⁴²

C. Kerangka Konsep



Gambar 2. Kerangka Konsep

D. Hipotesis Penelitian

- H1: Ada hubungan yang bermakna secara statistik antara *body image* dengan perilaku makan remaja putri di SMK Negeri 7 Yogyakarta
- H2: Ada hubungan yang bermakna secara statistik antara *body image* dengan status gizi remaja putri di SMK Negeri 7 Yogyakarta
- H3: Ada hubungan yang bermakna secara statistik antara perilaku makan dengan status gizi remaja putri di SMK Negeri 7 Yogyakarta