



HUBUNGAN PERSEPSI BENTUK TUBUH, GANGGUAN MAKAN, PENGETAHUAN GIZI DAN ASUPAN MAKANAN DENGAN STATUS GIZI PADA REMAJA PUTRI DI SANGGAR AYODYA PALA

The relationship of body shape perception, eating disorders, nutritional knowledge and food intake with nutritional status adolescent girls in Ayodya Pala

Digahayu Ismayanti

Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Prof. DR. Hamka

*Email korespondensi: digadigahayu@gmail.com

ABSTRAK

Kelompok remaja yang berprofesi sebagai penari rentan mengalami gizi kurang. Bentuk tubuh yang lebih ramping dianggap dapat mempermudah dalam bergerak sehingga remaja cenderung membatasi asupan makan agar dapat mencapai bentuk tubuh ideal. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan persepsi bentuk tubuh, gangguan makan, pengetahuan gizi, dan asupan makanan dengan status gizi pada remaja putri di Sanggar Ayodya Pala. Penelitian ini dilakukan pada bulan Juni 2019 di Sanggar Ayodya Pala. Rancangan penelitian menggunakan *cross-sectional* dengan teknik *total sampling*. Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 58,7% subjek memiliki status gizi kurang, 50,8% subjek memiliki persepsi negatif terhadap bentuk tubuh, 57,1% subjek memiliki gangguan makan, 55,6% memiliki pengetahuan kurang terhadap gizi, dan lebih dari 50% subjek memiliki asupan energi dan zat gizi makro yang kurang. Penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan ($p=0,000$) antara persepsi bentuk tubuh, gangguan makan, pengetahuan gizi dan asupan makanan dengan status gizi.

Kata Kunci: Asupan Makanan, Gangguan Makan, Pengetahuan Gizi, Persepsi Bentuk Tubuh, Status Gizi

ABSTRACT

Youth groups who work as dancers are prone to malnutrition. The leaner body shape is considered to make it easier to move so that teens tend to limit food intake in order to achieve ideal body shape. The purpose of this study was to determine the relationship of perceptions of body shape, eating disorders, nutritional knowledge, and food intake with nutritional status in adolescent girls in Ayodya Pala. This research was conducted in May 2019 at the Ayodya Pala. The research was a cross-sectional study. This study used a total sampling technique, which means that the total population was the subject of research. The result showed that 58% of subjects had poor nutritional status, 50,8% of subjects had negative perceptions of body shape, 57,1% of subjects had eating disorders, 55,6% of subjects had less knowledge of nutrition. More than 50% of subjects were lack of energy and macronutrient intake. In conclusion, there was a significant relationship ($p=0,000$) between body shape perception, eating disorders, nutritional knowledge, and food intake with nutritional status.

Keywords: Body Shape Perception, Food Intake, Eating Disorders, Nutritional Knowledge, Nutritional Status

PENDAHULUAN

Penari selalu memerhatikan bentuk tubuh mereka agar dapat lebih memaksimalkan pertunjukan. Bentuk tubuh yang lebih ramping dianggap dapat mempermudah dalam bergerak (Gibbs, 2011). Hasil penelitian pada kelompok remaja yang berprofesi sebagai penari rentan mengalami gizi kurang. Pada penelitian di Turki 72,2% penari remaja memiliki IMT rendah <18,5 kg/m² (Ozgen, 2010). Penari cenderung membatasi asupan *makan* agar dapat mencapai bentuk tubuh ideal. Beberapa faktor khusus yang terjadi pada penari seperti tekanan pekerjaan yang tinggi, psikologis yang rentan terganggu, dan lingkungan mengakibatkan penari menekan pola makan sehingga memiliki perilaku diet yang sangat ketat (Schluger, 2010). Persepsi bentuk tubuh negatif dapat mendorong seseorang melakukan perilaku kontrol berat badan yang tidak sehat dan gangguan makan (Setyawati dan Setyowati, 2015). Seseorang yang memiliki gangguan makan berawal dari mengonsumsi makanan yang lebih sedikit daripada biasanya, tetapi pada tahap tertentu, hal tersebut akan terus menerus terjadi di luar keinginan (American Psychiatric Association, 2015). Gangguan makan akan menyebabkan asupan energi dan asupan zat gizi makro semakin menurun secara perlahan, bahkan pada kondisi yang fatal tidak ada sama sekali asupan makanan (Oktafiandini, 2016). Jika pengetahuan tentang gizi baik, akan

diikuti dengan asupan makan yang baik pula sehingga status gizi menjadi optimal. Sebaliknya, jika pengetahuan tentang gizi kurang, akan diikuti dengan asupan makan yang tidak baik sehingga rentan mengalami status gizi kurang (Yuniarti, 2017). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara persepsi bentuk tubuh, gangguan makan, pengetahuan gizi, dan asupan makanan dengan status gizi.

METODE

Subjek penelitian ini adalah 126 orang yang merupakan seluruh penari remaja putri dengan usia 12 - 18 tahun di Sanggar Ayodya Pala. Penelitian ini dilaksanakan pada Juni 2019 di Kota Depok. Desain penelitian yang digunakan adalah *cross-sectional* dengan teknik pengambilan sampel *total sampling*. Data primer diambil dari hasil wawancara dengan kuesioner *Body Shape Questionnaire (BSQ-34)* yang digunakan untuk mengukur persepsi bentuk tubuh. *Eating Attitudes Tes (EAT-26)* untuk mengukur skor gangguan makan subjek. Pengetahuan gizi untuk mengukur tingkat pengetahuan. *Food Recall 2 x 24 jam* untuk mengukur asupan zat gizi makro. Status gizi dikategorikan menjadi gizi kurang dan normal. Status gizi ditentukan dengan cara pengukuran tinggi badan dan berat badan subjek. Setelah itu, dilanjutkan dengan perhitungan indeks masa tubuh (IMT) dan dihitung nilai Z-score. Adapun persepsi bentuk tubuh dibagi

menjadi dua kategori yaitu persepsi negatif dan persepsi positif. Persepsi negatif mengindikasikan adanya perasaan ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh yang dimilikinya, sedangkan persepsi positif mengindikasikan adanya kepuasan terhadap bentuk tubuh yang dimilikinya. Metode analisis yang digunakan adalah analisis univariat untuk melihat gambaran keseluruhan variabel yang diteliti dan analisis bivariat untuk melihat hubungan variabel dependen dengan variabel independen menggunakan *chi-square*. Hubungan antara variabel dikatakan signifikan jika nilai $p < 0,05$.

HASIL

Karakteristik Subjek

Karakteristik subjek dapat dilihat pada Tabel 1. Subjek berusia antara 12 – 17 tahun dan sebagian besar subjek berusia 14 tahun (26,2%). Tingkat pendidikan subjek sebagian besar SMP (54%).

Subjek yang memiliki gizi kurang rata-rata berusia 14 tahun, sedangkan subjek yang memiliki status gizi normal rata-rata berusia 12 tahun. Persepsi bentuk tubuh subjek sebagian besar memiliki persepsi negatif (50,8%). Sebagian besar subjek memiliki aspek pemikiran yang berlebihan tentang bentuk tubuh, sering khawatir tentang bentuk tubuh sehingga merasa harus berdiet, amat sering membandingkan bentuk tubuhnya dengan bentuk tubuh orang lain yang lebih kurus dan selalu kurang

percaya diri dengan pakaian yang dikenakannya.

Gangguan makan dikategorikan menjadi dua yaitu subjek yang memiliki gangguan makan dan subjek yang tidak memiliki gangguan makan. Pada penelitian ini subjek yang mengalami gangguan makan sebanyak 57,1%. Pada penelitian ini subjek memiliki aspek gangguan psikologis terhadap makanan, sering merasa ingin memuntahkan makanan setelah makan, biasanya merasa takut kelebihan berat badan, dan selalu merasa bersalah setelah makan.

Pengetahuan gizi dikategorikan menjadi dua yaitu pengetahuan kurang dan pengetahuan baik. Pengetahuan kurang diartikan dengan kurangnya informasi terkait makanan dan gizi pada subjek, sedangkan pengetahuan baik diartikan sebagai informasi terkait makanan dan gizi yang dimiliki oleh subjek sudah optimal. Penelitian ini menunjukkan bahwa subjek yang memiliki pengetahuan kurang sebanyak 55,6%. Analisis hasil kuesioner pada penelitian ini menunjukkan bahwa subjek memiliki pengetahuan yang kurang terkait fungsi zat gizi makro untuk tubuh, seperti fungsi karbohidrat, fungsi protein, dan fungsi lemak. Asupan makanan terdiri atas asupan energi, asupan lemak, asupan protein, dan asupan karbohidrat. Asupan makanan dibagi menjadi dua kategori, yaitu asupan kurang dan asupan baik.

Tabel 1.
Usia, pendidikan, status gizi, persepsi bentuk tubuh,
gangguan makan, pengetahuan gizi, dan asupan makanan subjek

Variabel	n	%
Usia		
12 tahun	26	20,6
13 tahun	31	24,6
14 tahun	33	26,2
15 tahun	16	12,7
16 tahun	10	7,9
17 tahun	10	7,9
Pendidikan		
SMP	68	54,0
SMA	58	46,0
Status Gizi		
Gizi Kurang	74	58,7
Normal	52	41,3
Persepsi Bentuk Tubuh		
Persepsi Negatif	64	50,8
Persepsi Positif	62	49,2
Gangguan Makan		
Memiliki Gangguan Makan	72	57,1
Tidak Memiliki Gangguan Makan	54	42,9
Pengetahuan Gizi		
Pengetahuan kurang	70	55,6
Pengetahuan baik	56	44,4
Asupan Energi		
Asupan Kurang	69	54,8
Asupan Baik	57	45,2
Asupan Protein		
Asupan Kurang	70	55,6
Asupan Baik	56	44,4
Asupan Lemak		
Asupan Kurang	73	57,9
Asupan Baik	53	42,1
Asupan Karbohidrat		
Asupan Kurang	70	55,6
Asupan Baik	56	44,4

Penelitian ini menunjukkan bahwa subjek yang memiliki asupan energi kurang sebesar 54,8%. Subjek yang memiliki asupan protein dan karbohidrat kurang sebesar 55,6%. Asupan zat gizi makro yang paling rendah adalah asupan lemak sebesar 57,9%. Hasil analisis rata-rata frekuensi makan *weekday* dan *weekend* subjek berdasarkan waktu makan dari *recall* 2 x 24 jam diketahui bahwa persentase frekuensi makan pagi sebesar 92,1%,

makan siang 93,2%, dan makan malam 92,4%. Hal ini diartikan bahwa asupan zat gizi makro subjek yang kurang disebabkan oleh porsi makan yang sedikit, bukan dari frekuensi makan yang kurang.

Hubungan Persepsi Bentuk Tubuh dengan Status Gizi

Persepsi bentuk tubuh dihubungkan dengan status gizi bertujuan untuk mengetahui ada

tidaknya hubungan antara persepsi positif dan persepsi negatif dengan status gizi subjek. Tabel 2 menunjukkan bahwa sebesar 98,4% subjek dengan persepsi bentuk tubuh negatif memiliki status gizi kurang, sedangkan 82,3% subjek dengan persepsi bentuk tubuh positif memiliki status gizi normal. Hasil uji statistik menunjukkan terdapat hubungan yang

signifikan antara persepsi bentuk tubuh dengan status gizi ($p < 0,05$).

Dari hasil analisis tersebut dapat diketahui bahwa subjek yang memiliki persepsi bentuk tubuh negatif memiliki risiko sebesar 5,5 kali lipat untuk dapat mengalami status gizi kurang dibandingkan dengan subjek yang memiliki persepsi bentuk tubuh positif.

Tabel 2.
Hubungan persepsi bentuk tubuh, gangguan makan, pengetahuan gizi, dan asupan makanan dengan status gizi

Variabel	Gizi Kurang		Gizi Normal		Total		PR	p
	n	%	n	%	n	%		
Persepsi Bentuk Tubuh								
Negatif	63	98,4	1	1,6	64	100	5,5	0,000
Persepsi Positif	11	17,7	51	82,3	62	100	(3,5-9,4)	
Gangguan Makan								
Ada	67	93,1	5	6,9	72	100	7,1	0,000
Tidak	7	13,0	47	87,0	54	100	(3,5-14,3)	
Pengetahuan								
Kurang	69	98,6	1	1,4	70	100	11	0,000
Baik	5	8,9	51	91,1	56	100	(4,7-25,4)	
Asupan Energi								
Kurang	68	98,6	1	1,4	69	100	9,3	0,000
Baik	6	10,5	51	89,5	57	100	(4,3 - 19,9)	
Asupan Protein								
Kurang	69	98,6	1	1,4	70	100	11	0,000
Baik	5	8,9	51	91,1	56	100	(4,7 - 25,4)	
Asupan Lemak								
Kurang	69	94,5	4	5,5	73	100	10	0,000
Baik	5	9,4	48	90,6	53	100	(4,3 - 23,1)	
Asupan Karbohidrat								
Kurang	69	98,6	1	1,4	70	100	11	0,000
Baik	5	8,9	51	91,1	56	100	(4,7 - 25,5)	

Hubungan Gangguan Makan dengan Status Gizi

Tabel 2 menunjukkan bahwa sebesar 93,1% subjek yang memiliki

gangguan makan mengalami status gizi kurang dan sebanyak 87,0% subjek yang tidak memiliki gangguan makan mengalami status gizi normal.

Hasil uji statistik menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara gangguan makan dengan status gizi ($p < 0,05$). Dari hasil analisis tersebut dapat diketahui bahwa subjek yang memiliki gangguan makan memiliki risiko 7,1 kali lipat untuk mengalami status gizi kurang dibandingkan dengan subjek yang tidak memiliki gangguan makan.

Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Status Gizi

Pengetahuan gizi dihubungkan dengan status gizi bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara pengetahuan gizi yang kurang dan pengetahuan gizi yang baik dengan status gizi subjek. Berdasarkan Tabel 2 dapat dilihat bahwa ada 98,6% subjek yang memiliki pengetahuan gizi kurang mempunyai status gizi kurang dan sebanyak 91,1% subjek yang memiliki pengetahuan gizi baik mempunyai status gizi normal. Hasil uji statistik menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan status gizi ($p < 0,05$). Dari hasil analisis tersebut dapat diketahui bahwa subjek yang memiliki pengetahuan gizi kurang memiliki risiko 11 kali lipat untuk mengalami status gizi kurang dibandingkan dengan subjek yang memiliki pengetahuan gizi baik.

Hubungan Asupan Makanan dengan Status Gizi

Asupan makanan dianalisis bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara asupan energi, asupan protein, asupan lemak,

dan asupan karbohidrat dengan status gizi. Berdasarkan Tabel 2 dapat diketahui bahwa sebanyak 98,6% subjek yang asupan energinya kurang memiliki status gizi kurang, sedangkan sebanyak 89,5% subjek dengan asupan energi baik memiliki status gizi yang normal. Hasil uji statistik menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara asupan energi dengan status gizi ($p < 0,05$).

Berdasarkan hasil analisis tersebut dapat diketahui bahwa subjek yang memiliki asupan energi kurang memiliki risiko 9 kali lipat untuk mengalami status gizi kurang dibandingkan dengan subjek yang memiliki asupan energi baik. Sebesar 98,6% subjek dengan asupan protein kurang mempunyai status gizi kurang, sedangkan sebanyak 91,1% subjek dengan asupan protein baik memiliki status gizi normal. Hasil uji statistik menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara asupan protein dengan status gizi ($p < 0,05$). Dari hasil analisis tersebut dapat diketahui bahwa subjek yang memiliki asupan protein kurang memiliki risiko 11 kali lipat untuk mengalami status gizi kurang dibandingkan dengan subjek yang memiliki asupan protein baik.

Hasil analisis juga menunjukkan bahwa sebesar 94,5% subjek dengan asupan lemak kurang memiliki status gizi kurang. Sebaliknya, terdapat 90,6% subjek dengan asupan lemak baik memiliki status gizi normal.

Hasil uji statistik menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara asupan lemak dengan status gizi ($p < 0,05$). Dari hasil analisis tersebut dapat diketahui bahwa subjek yang memiliki asupan lemak kurang memiliki risiko 10 kali lebih tinggi untuk mengalami status gizi kurang dibandingkan dengan subjek yang memiliki asupan lemak baik.

Sebesar 98,6% subjek dengan asupan karbohidrat kurang memiliki status gizi kurang, sedangkan sebanyak 91,1% subjek dengan asupan karbohidrat baik memiliki status gizi normal. Hasil uji statistik menunjukkan terdapat hubungan signifikan antara asupan karbohidrat dengan status gizi ($p < 0,05$). Dari hasil analisis tersebut dapat diketahui bahwa subjek yang memiliki asupan karbohidrat kurang memiliki risiko 11 kali lipat untuk mengalami status gizi kurang dibandingkan dengan subjek yang memiliki asupan karbohidrat baik.

DISKUSI

Persepsi bentuk tubuh merupakan suatu pemikiran seseorang mengenai bentuk dan ukuran tubuhnya sendiri. Persepsi ini dibagi menjadi dua yaitu persepsi bentuk tubuh positif dan dan persepsi bentuk tubuh negatif. Individu yang memiliki persepsi bentuk tubuh positif cenderung tidak memiliki ketakutan pada berat badan yang berlebih. Sebaliknya, individu yang memiliki persepsi bentuk tubuh negatif sangat mungkin untuk mengalami ketakutan

pada berat badan yang berlebih (Burrowes, 2013). Penelitian ini mengungkapkan bahwa sebagian besar subjek memiliki aspek pemikiran yang berlebihan tentang bentuk tubuh, seperti 34,9% subjek khawatir tentang bentuk tubuh sehingga merasa harus berdiet, sebanyak 27,8% subjek amat sering membandingkan bentuk tubuhnya dengan bentuk tubuh orang lain yang lebih kurus, hal ini menyebabkan ketidakpuasan diri terhadap bentuk tubuh dan 11,5% subjek selalu kurang percaya diri dengan pakaian yang dikenakannya.

Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan ($p = 0,000$) antara persepsi bentuk tubuh dengan status gizi. Hal ini sejalan dengan penelitian dari Yusintha (2018) dan Serly (2015) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi bentuk tubuh dengan status gizi remaja putri. Gangguan makan adalah gangguan psikis atau emosional yang dialami seseorang dalam mengonsumsi makanan. Penderita gangguan ini biasanya mengonsumsi makanan dalam jumlah yang sangat sedikit dikarenakan adanya obsesi yang berlebihan dalam menjaga berat badan atau bentuk tubuhnya (Krisnani, *et al.*, 2017).

Penelitian ini juga mengemukakan bahwa sebagian besar subjek yang mengalami gangguan makan memiliki

kecenderungan sikap dan perilaku sebagai berikut: 38,1% subjek biasanya merasa takut kelebihan berat badan; 24,6% subjek selalu merasa bersalah setelah makan; dan 48% subjek sering merasa ingin memuntahkan makanan setelah makan. Penelitian ini juga mengemukakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan ($p=0,000$) antara gangguan makan dengan status gizi. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Syarafina dan Probosari (2014) dan Lestari (2017) yang menunjukkan terdapat hubungan bermakna antara gangguan makan dengan kejadian status gizi. Keadaan kurang gizi pada remaja sering terjadi akibat dari pembatasan konsumsi makanan dan tidak memerhatikan kandungan gizi dan kesehatan sehingga hal tersebut akan berdampak negatif pada status gizi.

Pengetahuan gizi yang baik diharapkan memengaruhi konsumsi makanan yang baik sehingga dapat menuju status gizi yang baik pula. Kurang cukupnya pengetahuan tentang gizi dan kesalahan dalam memilih makanan akan berpengaruh terhadap status gizi (Sediaoetama, 2014). Berdasarkan hasil analisis jawaban subjek tentang pengetahuan gizi menunjukkan bahwa rata-rata subjek mempunyai jawaban salah tertinggi yaitu pada aspek pengetahuan tentang fungsi zat gizi makro untuk tubuh yaitu sebanyak 62,7% subjek tidak mengetahui tentang fungsi karbohidrat, selanjutnya 72,2%

subjek tidak mengetahui fungsi protein, dan 71,4% subjek tidak mengetahui fungsi lemak.

Hal ini menunjukkan bahwa perlu adanya edukasi kepada subjek tentang fungsi dan manfaat dari asupan zat gizi makro terhadap status gizi. Penelitian ini juga mengemukakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan ($p=0,000$) antara pengetahuan gizi dengan status gizi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sari (2018), Zulfahmi (2016), dan Yolanda (2014) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan gizi dengan status gizi yang dapat diartikan bahwa semakin baik pengetahuan gizi seseorang maka semakin baik juga status gizinya. Asupan makanan terdiri atas asupan energi, asupan lemak, asupan protein, dan asupan karbohidrat. Asupan energi yang kurang berdampak pada kurangnya nutrisi pada tubuh yang juga dapat menghambat pertumbuhan terutama pada remaja sehingga jika asupan seseorang kurang, maka akan menimbulkan status gizi kurang (Adriani dan Bambang, 2012).

Indra dan Yettik (2013) menjelaskan bahwa apabila tubuh kekurangan protein, maka pertumbuhan dan sistem kekebalan akan terganggu serta mengurangi kemampuan sel untuk memperbaiki jaringan yang rusak. Selain itu, produksi hormon dan enzim akan ikut terganggu. Apabila asupan

lemak kurang, akan terjadi gambaran klinis defisiensi asam lemak esensial dan nutrisi yang larut dalam lemak, gizi kurang, serta pertumbuhan yang buruk (Arnelia, 2015). Kekurangan karbohidrat juga dapat menyebabkan suplai energi berkurang. Akibatnya, tubuh mencari alternatif zat gizi yang dapat digunakan untuk menggantikan karbohidrat, yaitu lemak dan protein. Apabila peristiwa tersebut berlangsung lama, lemak tubuh akan terpakai dan protein yang seharusnya digunakan untuk pertumbuhan jadi berkurang. Akibatnya, tubuh semakin kurus dan menderita Gizi Kurang atau Kurang Energi Protein (KEP) (Sriwahyuni, 2011). Subjek yang memiliki asupan zat gizi makro yang paling rendah adalah asupan lemak sebesar (57,9%).

Berdasarkan hasil wawancara *food recall* dapat dilihat bahwa sebagian besar subjek cenderung menghindari makanan berlemak. Oleh sebab itu, asupan lemak yang kurang lebih tinggi daripada asupan zat gizi makro lainnya. Subjek juga cenderung memilih untuk makan dengan porsi sedikit. Analisis rata-rata frekuensi berdasarkan waktu makan diketahui bahwa asupan zat gizi makro subjek yang kurang disebabkan oleh porsi makan yang sedikit bukan dari frekuensi makan yang kurang. Hal tersebut mereka lakukan dengan tujuan agar tampak langsing sehingga melakukan diet yang berlebihan. Asupan energi yang kurang secara kronis akan menimbulkan penurunan

berat badan dan kekurusan (Gibney, 2011). Tabel 2 menunjukkan adanya hubungan yang signifikan ($p=0,000$) antara asupan energi, protein, lemak, dan karbohidrat dengan status gizi. Hal ini sejalan dengan penelitian dari Rachmayani (2018), Hidayati (2017) dan Reppi (2015) yang mengatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara asupan energi, protein, lemak, dan karbohidrat dengan status gizi. Hal ini menunjukkan bahwa apabila asupan energi, protein, lemak dan karbohidrat kurang, maka akan menimbulkan status gizi kurang dan sebaliknya.

SIMPULAN

Terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi bentuk tubuh, gangguan makan, pengetahuan gizi dan asupan makanan dengan status gizi pada penari remaja putri.

DAFTAR RUJUKAN

- Adriani, M., dan Bambang, W. (2012). *Peranan Gizi dalam Siklus Kehidupan*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- American Psychiatric Association. (2015). *Let's Talk Facts About Eating Disorder*. Virginia: American Psychiatric Publishing.
- Arnelia, A. (2015). *Perilaku Makan Remaja*. Jakarta: PT Reksa.
- Burrowes. (2013). *Body Image – a Rapid Evidence Assessment of The Literature*. United Kingdom: Government Equalities Office.

- Gibbs, R. (2011). Guidelines for Professional Dances Companies on Healthy Nutrition: from the Dance/USA Taskforce on Dancer Health.
- Gibney, MJ. (2011). *Gizi Kesehatan Masyarakat*. Alih Bahasa Andry Hartono. Jakarta: EGC.
- Hidayati, N. (2017). Hubungan Asupan Energi, Protein, Lemak, Karbohidrat dengan Status Gizi pada Santriwati di Pondok Pesantren Darusalam AlFaisholiyah Sampang Madura. *Skripsi*. Surabaya: Universitas Nadlatul Ulama.
- Indra, D. dan Yettik. (2013). *Prinsip-Prinsip Dasar Ahli Gizi*. Jakarta: Dunia Cerdas.
- Krisnani, H., Santoso, MB., Putri, D. (2017). Gangguan makan anorexia nervosa dan bulimia nervosa pada remaja. *Prosiding Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(3):390-447.
- Lestari, AT. (2017). Hubungan tingkat stres dan *eating disorder* dengan status gizi pada remaja perempuan di SMA Negeri 1 Ciwidey. *Jurnal Ilmu Kesehatan Immanuel*, 12(2): 128-136.
- Oktafiandini. (2016). Hubungan Gangguan Makan, Tingkat Kecukupan Gizi, dan Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi Penari Hip-Hop Remaja. *Skripsi*. Bogor: Institut Pertanian Bogor.
- Ozgen, L. (2010). Drive for thinnes, bulimia, and body dissatisfaction in Turkish ballet dancer and ballerinas. *Procedia Social and Behavioral Science*, 2218-2221.
- Rachmayani. (2018). Hubungan Asupan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Remaja Putri di SMK Ciawi Bogor. *Skripsi*. Bogor: Institut Pertanian Bogor.
- Reppi, B. (2015). Hubungan antara Asupan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Siswi SMAN 4 Manado. *Skripsi*. Manado: Universitas Sam Ratulangi.
- Sari. (2018). Hubungan Pengetahuan Gizi, Peran Teman Sebaya dan Efikasi Diri dengan Status Gizi Mahasiswa Fisip Universitas Lampung. *Skripsi*. Lampung: Universitas Lampung.
- Schluger, AE. (2010). Disordered eating attitudes and behaviors in female college dance students: Comparison of modern dance and ballet dance majors. *North American Journal of Nutrition*, 12(1): 117-128.
- Sediaoetama. (2014). *Ilmu Gizi untuk Mahasiswa dan Profesi*. Jakarta: Dian Rakyat.
- Serly. (2015). Hubungan *Body Image*, Asupan Energi, dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi. *Skripsi*. Riau: Universitas Riau.
- Setyawati, VAV. dan Setyowati, M. (2015). Karakter gizi remaja putri urban dan rural di Provinsi Jawa Tengah, Semarang. *KEMAS*, 11(1):43-52.
- Sriwahyuni. (2011). Hubungan Tingkat Pengetahuan Gizi dengan Status Gizi Remaja Putri

- Kelas 12 di SMKN 2 Malang. *Skripsi*. Malang: Universitas Brawijaya.
- Syarafina, A. dan Probosari, E. (2014). Hubungan *eating disorder* dengan status gizi pada remaja putri di Modeling Agency Semarang. *Journal of Nutrition College*, 3(2): 48-53.
- Yuniarti. (2017). Hubungan Pengetahuan Gizi, Kebiasaan Makan, dan Gangguan Makan dengan Persen Lemak Tubuh pada Penari Hip-Hop Remaja Wanita Departemen Gizi Masyarakat Fakultas Ekologi Manusia. *Skripsi*. Bogor: Institut Pertanian Bogor.
- Yolanda, S. (2014). Hubungan antara Pengetahuan Gizi dengan Status Gizi Remaja Putri. *Skripsi*. Palembang: Universitas Sriwijaya.
- Yusinta, A. (2018). Hubungan antara Perilaku Makan dan Citra Tubuh dengan Status Gizi Remaja Putri Usia 15-18 Tahun. *Skripsi*. Bogor: Institut Pertanian Bogor.
- Zulfahmi. (2016). Hubungan Pengetahuan Gizi Seimbang dengan Status Gizi Siswa SMA Laboratorium Unsyiah Banda Aceh. *Skripsi*. Banda Aceh: Universitas Syiah Kuala.