

ABSTRAK

LYVIA FABIEN SILVA
**BODY IMAGE DAN TINGKAT PENGETAHUAN GIZI DENGAN
KEBIASAAN MAKAN REMAJA PADA SISWA SMA NEGERI 4
TASIKMALAYA**

Saat ini remaja cenderung memiliki kebiasaan makan yang kurang sehat. Kebiasaan makan dipengaruhi oleh banyak faktor, termasuk penilaian diri terhadap *body image* dan tingkat pengetahuan tentang gizi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan penilaian diri terhadap *body image* dan tingkat pengetahuan gizi dengan kebiasaan makan pada remaja siswa SMA Negeri 4 Tasikmalaya pada tahun 2023. Metode riset yang digunakan yakni metode *cross sectional study* dan melibatkan 95 siswa dari total 764 populasi siswa SMA Negeri 4 Tasikmalaya yang ditentukan dengan *proportional random sampling*. Data yang dikumpulkan mencakup karakteristik responden, penilaian diri terhadap *body image* menggunakan kuesioner *Figure Rating Scale* (FRS), serta tes pengetahuan tentang gizi, dan kebiasaan makan menggunakan kuesioner *Adolescent Food Habits Checklist* (AFHC). Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden mempunyai penilaian *body image* yang negatif (84,2%), tingkat pengetahuan gizi cenderung kurang baik (76,8%), dan memiliki kebiasaan makan yang tidak sehat (87,4%). Hasil analisis menggunakan *chi-square* menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara *body image* dan kebiasaan makan ($p = 0,000$; OR = 21,714; CI 95% = 5,206-90,578) dan juga antara tingkat pengetahuan tentang gizi dan kebiasaan makan ($p = 0,029$; OR = 4,188; CI 95% = 1,192-14,706). Saran yang dapat diberikan adalah peningkatkan pengetahuan gizi, makanan serta *body image* diharapkan remaja lebih peduli terhadap tubuhnya. Selain itu, remaja dapat memiliki kebiasaan makan yang sehat.

Kata Kunci : remaja, *body image*, tingkat pengetahuan gizi, kebiasaan makan

**FACULTY OF HEALTH SCIENCE
SILIWANGI UNIVERSITY
TASIKMALAYA
DEPARTMENT OF NUTRITION SCIENCE
2023**

ABSTRACT

LYVIA FABIEN SILVA

BODY IMAGE AND NUTRITIONAL KNOWLEDGE LEVEL WITH ADOLESCENTS EATING HABITS IN STUDENTS OF SMA 4 TASIKMALAYA

Currently teenagers tend to have unhealthy eating habits. Eating habits are influenced by many factors, including self-assessment of body image and knowledge about nutrition. This study was conducted to analyze the correlation between self-assessment of body image and knowledge about nutrition with eating habits among teenagers at SMA Negeri 4 Tasikmalaya in 2023. The research method used was a cross-sectional study design and involved 95 students out of a total population of 764 students at SMA Negeri 4 Tasikmalaya, selected through proportional random sampling. The collected data included respondents' characteristics, self-assessment of body image using the Figure Rating Scale (FRS) questionnaire, as well as a nutrition knowledge test and the Adolescent Food Habits Checklist (AFHC) questionnaire to measure eating habits. The research findings showed that the majority of respondents had a negative body image assessment (84.2%), the level of nutrition knowledge among respondents was generally poor (76.8%), and respondents tended to have unhealthy eating habits (87.4%). The analysis using chi-square revealed a significant correlation between body image and eating habits ($p = 0,000$; $OR = 21,714$; $CI\ 95\% = 5,206-90,578$) as well as between the level of nutrition knowledge and eating habits ($p = 0,029$; $OR = 4,188$; $CI\ 95\% = 1,192-14,706$). The researcher's advice that can be given is to increase knowledge about nutrition, food and body image it is hoped that adolescents will care more care about their bodies. In addition, adolescents can have healthy eating habits.

Keyword : *adolescence, body image, nutritional knowledge level, eating habit*