

ABSTRAK

YUNIAR PUSPITA PANCA WULANDARI

HUBUNGAN *BODY IMAGE* DAN KUALITAS DIET DENGAN STATUS GIZI PADA REMAJA PUTRI
(Studi Observasional pada Remaja Putri Kelas X dan XI di SMK YAPSIPA Kota Tasikmalaya Tahun 2026)

Body image dan kualitas diet merupakan faktor yang dapat memengaruhi status gizi remaja putri. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan *body image* dan kualitas diet dengan status gizi pada remaja putri di SMK YAPSIPA Kota Tasikmalaya. Penelitian menggunakan desain observasional analitik dengan pendekatan *cross-sectional*. Subjek penelitian sebanyak 42 remaja putri kelas X dan XI yang dipilih menggunakan teknik total *sampling*. *Body image* diukur menggunakan *Body Shape Questionnaire-16* (BSQ-16), kualitas diet dinilai berdasarkan kecukupan jumlah asupan, keragaman jenis makanan, dan frekuensi konsumsi makanan, serta status gizi diukur berdasarkan indeks massa tubuh menurut umur (IMT/U *Z-Score*). Analisis data menggunakan uji *Chi-Square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara *body image* dengan kualitas diet ($p=0,477$). Terdapat hubungan yang signifikan antara *body image* dengan status gizi ($p=0,000$). Tidak terdapat hubungan antara kualitas diet dengan status gizi ($p=0,181$). Kesimpulan penelitian ini adalah *body image* berhubungan dengan status gizi, namun tidak berhubungan dengan kualitas diet. Kualitas diet juga tidak berhubungan dengan status gizi pada remaja putri di SMK YAPSIPA Kota Tasikmalaya. Responden diharapkan lebih memperhatikan asupan makanan yang dikonsumsi setiap hari seperti makanan yang mengandung gizi seimbang dan jenis makanan yang beragam. Diharapkan kepada pihak sekolah untuk mendukung edukasi gizi serta penyediaan makanan sehat di kantin.

Kata kunci: *body image*, kualitas diet, remaja putri, status gizi.