

HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN KONSEP DIRI PADA REMAJA

Nadia Avria Damayanti, Happy Indri Hapsari*, Noerma Shovie Rizqiea

Program Studi Sarjana Keperawatan, Universitas Kusuma Husada Surakarta, Surakarta, Indonesia

*corresponding author: hapsari.happy@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Remaja merupakan kelompok yang rentan terhadap berbagai masalah Kesehatan hingga status gizi, salah satunya adalah malnutrisi, karena percepatan pertumbuhan dan perkembangan fisik mereka yang cepat. Hal ini disebabkan oleh perilaku nutrisi yang tidak tepat, yang memicu persepsi diri mengenai perubahan bentuk tubuh. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk meneliti hubungan antara status gizi dan konsep diri pada remaja di SMAN 5 Surakarta. **Metode:** Studi ini merupakan studi kuantitatif observasional analitik dengan pendekatan cross-sectional. Teknik pengambilan sampel stratified random sampling yang berjumlah 88 responden. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja berusia 16-18 tahun. Instrumen penelitian ini timbangan digital, microtoise, dan kuesioner konsep diri (SPPSC). Uji analisis menggunakan uji spearman's rho dan regresi linier berganda untuk menganalisis faktor yang paling mempengaruhi konsep diri remaja. **Hasil:** Hasil analisis bivariat menunjukkan p value .004 ($p < 0,05$) dengan coeff correlation .303** dan .306**, menunjukkan hubungan antara status gizi dengan konsep diri aspek *physical appearance* dan aspek *global self-worth*, dengan arah positif dan tingkat korelasi yang lemah. Analisa multivariat menunjukkan bahwa terdapat usia, jenis kelamin, dan status gizi secara simultan mempengaruhi konsep diri aspek *physical appearance* pada remaja, dengan nilai p value .022 ($p < 0,05$) dan R Square .108 (10,8 %). Remaja yang memiliki status gizi normal lebih rentan mengalami persepsi konsep diri *physical appearance* dan *global self-worth*. **Kesimpulan:** Dalam penelitian ini didapatkan rerata konsep diri *physical appearance* sebanyak 2,43 dengan status gizi yang mendominasi.

Kata kunci: Remaja, Status Gizi, Konsep Diri

ABSTRACT

Background: Adolescents are the age group that is vulnerable to experiencing a series of nutritional health problems such as malnutrition, due to rapid acceleration of growth and development of the body. This is caused by inappropriate nutritional behavior, which triggers self-perception of changes in body shape. **Objective:** This study aimed to determine the relationship between nutritional status and self-concept in adolescents at SMAN 5 Surakarta. **Method:** This study has an analytical observational quantitative with a cross-sectional approach. The sampling technique used is stratified random sampling with a total of 88 respondents. The population of this study is adolescents aged 16-18 years. The research instruments used are digital scales, microtoise, and a self-concept questionnaire (SPPC). **Result:** The analysis was assessed using the Spearman Rho, and the analysis test of the most influential factors uses multiple linear regression. The bivariate analysis results obtained p value = .004 ($p < 0.05$) with a coefficient correlation .303** and .306**, which means that there was a relationship between nutritional status and the concept of physical appearance and global self-worth, leading to a positive relationship and weak strength. The multivariate results showed that age, female gender, and nutritional status simultaneously influenced the self-concept of physical appearance in high school students with a p value = .02 ($p < 0.05$) and R Square .108 (10.8%). Adolescents with normal nutritional status are more susceptible to experiencing perceptions of self-concept of physical appearance and global self-worth. **Conclusion:** In this study, the average self-concept of physical appearance was 2.43, with nutritional status dominating.

Keywords: Adolescents, Nutritional Status, Self-Concept

PENDAHULUAN

Remaja dengan kelompok usia 10 hingga 19 tahun telah menghadapi serangkaian masalah kesehatan status gizi, salah satunya yaitu malnutrisi. Malnutrisi pada remaja disebabkan oleh perilaku gizi yang tidak tepat, seperti ketidak seimbangan antara supan gizi dengan kebutuhan gizi yang dianjurkan dapat menghambat perkembangan fisik dan mental, sehingga memicu persepsi remaja dikarenakan perubahan kondisi tubuh. Dari keterlambatan dalam mencapai kematangan perkembangan dapat memperparah siklus kekurangan gizi antargenerasi [3 ;12].

Permasalahan malnutrisi berdampak besar terhadap sepertiga prevelensi dari populasi dunia mengalami gangguan kesehatan gizi [5]. Berdasarkan data dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), bahwa lebih dari satu miliar orang berusia 5 tahun keatas di seluruh dunia hidup dengan obesitas, sementara lebih dari setengah miliar lainnya hidup dengan kekurangan berat badan dan kurus, diperkirakan prevelensi gabungan malnutrisi meningkat sebanyak 17,8% pada usia 5-19 tahun [16].

Sebagian besar dari 852 juta orang tinggal di negara berkembang dan Indonesia termasuk salah satu negara berkembang yang mengalami masalah status gizi tersebut. Masalah tersebut sesuai dengan laporan UNICEF tahun 2020, bahwa masalah gangguan gizi masih terus berlangsung pada tingkat yang sangat tinggi di seluruh dunia. Banyak remaja Indonesia yang menghadapi masalah gizi sekitar 4,3% remaja perempuan mengalami kondisi kurus dan 25% memiliki tinggi badan yang pendek dibandingkan dengan remaja laki-laki [15]. Sedangkan di Provinsi Jawa Tengah melaporkan hasil prevelensi sekitar 1,6% sangat kurus, 8,1% kurus, 78,7% normal, 7,9% berat badan lebih, 3,7% obesitas, maka remaja di daerah tersebut telah

mengalami berbagai masalah malnutrisi [4].

Masalah malnutrisi tentunya terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi status gizi remaja yaitu, status sosial ekonomi, usia, pola asuh orang tua dan gaya hidup [6]. Dari faktor tersebut tentunya dapat menimbulkan penyebab masalah kecemasan terkait perubahan kondisi tubuh, sehingga remaja menjadi pribadi yang berbeda dan mempunyai penilaian terhadap diri mereka. Masalah tersebut tentunya dapat memicu cara pandang dari lingkungan sekitar sehingga berdampak buruk pada sikap, penyesuaian diri serta persepsi individu terhadap diri mereka sendiri, pengalaman tersebut sering dikaitkan dengan konsep diri [9].

Penelitian serupa menunjukkan hasil yang signifikan bahwa konsep diri dikaitkan dengan penampilan. Terdapat penilaian dari lingkungan sehingga responden menganggap penilaian tersebut sebagai tekanan untuk kurus atau mengubah tubuh menjadi ideal. Akibatnya individu tersebut dapat mengalami keputusasaan dan kepekaan terhadap kecemasan, terkait dengan cara seseorang memandang dirinya, terutama berhubungan dengan penampilan [13].

Selama remaja, konsep diri penting dalam membentuk cara seseorang memandang dirinya karena akan mempengaruhi perkembangan psikologis di kehidupan dewasa mereka, dipengaruhi beberapa faktor seperti, peran yang dijalani, hubungan dengan orang lain dan reaksi dari orang sekitar [11]. Seseorang membangun konsep dirinya melalui pengalaman yang didapat dari lingkungan dan cara memandang diri sendiri. Pengalaman positif berpengaruh baik dalam pembentukan konsep diri, sementara pengalaman negatif dapat menyebabkan self-blame, kehilangan kepercayaan diri, kesulitan berkomunikasi dan merasa tidak kompeten [12].

Berdasarkan hasil studi pendahuluan

yang dilakukan pada 19 Desember 2024 di SMAN 5 Surakarta pada kelas 10 dan 11, didapatkan hasil dari observasi dengan guru bimbingan konseling bahwa terdapat masalah status gizi sekitar 13% dari jumlah siswa – siswi sebanyak 720. Dari permasalahan yang diuraikan diatas, peneliti tertarik untuk meneliti korelasi hubungan antara “Status Gizi Dengan Konsep Diri Pada Remaja Di SMAN 5 Surakarta”.

METODE PENELITIAN

Penelitian berjenis kuantitatif observasional analitik dengan pendekatan cross sectional. Penelitian dilakukan di SMA N 5 Surakarta , pada bulan Februari-Maret 2025. Sebanyak 720 responden populasi pada penelitian ini, dengan stratified random sampling didapatkan 88 sampel. Pemilihan sampel pada penelitian ini menggunakan kriteria inklusi yang terdiri dari siswa yang aktif di tahun ajaran 2024/2025, siswa yang bersedia dan kooperatif selama penelitian berlangsung, orang tua atau wali siswa siswi yang menyetujui penelitian. Sedangkan kriteria eksklusi penelitian ini yaitu ketidakhadiran siswa siswi saat melakukan pengumpulan data, siswa siswi dengan kondisi disabilitas, siswa siswi kelas XII yang memiliki jadwal padat terkait ujian dan akademik lainnya. Instrumen penelitian dengan kuisioner *Self Perception Profile For Children* (SPPC) yang telah diuji validitas dan reliabilitas, timbangan digital dan microtoise yang telah diuji kalibrasi. Analisa data dalam penelitian ini dilakukan dengan spearman's rho dan regresi linier berganda yang bertujuan untuk menganalisis factor-faktor yang mempengaruhi konsep diri pada remaja.

HASIL

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Variabel	f	%
Jenis Kelamin		

Laki – Laki	42	47,7 %
Perempuan	46	52,3 %
Total	88	100 %

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 88 responden jenis kelamin terbanyak adalah Perempuan sebanyak 46 responden (52,3%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Status Gizi

Variabel	f	%
Status Gizi:		
Gizi Buruk	9	10,2 %
Gizi Kurang	10	11,4 %
Gizi Normal	31	35,2 %
Gizi Lebih	16	18,2 %
Obesitas	22	25,0 %
Total	88	100 %

Tabel 2 menunjukkan menunjukkan bahwa status gizi pada responden mayoritas memiliki kondisi gizi yang normal sebanyak 31 responden (35,2%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Variables	Min	Max	Mean	Standart Deviasi
Age	16	18	16.63	.666

Tabel 3 menunjukkan rerata usia responden 16 tahun dengan (SD 0.67). bahwa dari 88 responden jenis kelamin

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Konsep Diri

Variable	Min	Max	Mean	Standart Deviasi
Scholastic Competence	1	4	2.31	.761
Sosial Competence	1	4	2.50	.738
Athletic Competence	1	4	2.17	.766
Physical Appearance	1	4	2.43	.796
Behavioral Conduct	1	4	2.56	.704
Global Self-Woth	1	4	2.61	.816

Tabel 4 menunjukkan konsep diri dengan rerata skor tertinggi pada aspek *global self-woth* adalah 2.61 (SD 0.82), sedangkan konsep diri dengan rerata skor terendah pada aspek *athletic competence* 2.17 (SD 0.77).

Tabel 5. Independent (Usia, Jenis Kelamin dan Status Gizi dengan Variabel Dependen (Konsep Diri)

Variabel		1	2	3	4	5	6	7	8	9
Usia	Coeff	1.000								
	Corelation									
Jenis Kelamin	p value	-								
	Coeff	100	1.000							
	Corelation									
Status Gizi	p value	.356	-							
	Coeff	.156	.185	1.000						
	Corelation									
Scholastic Competence	p value	.147	.084	-						
	Coeff	.028	.151	.139	1.000					
	Corelation									
Social Competence	p value	.796	.160	.197	-					
	Coeff	.256*	-.008	.172	.259*	1.000				
	Corelation									
Athletic Competence	p value	.016	.940	.108	.015	-				
	Coeff	.224*	.004	.146	.185	.251*	1.000			
	Corelation									
Physical Appearance	p value	.036	.969	.174	.084	.018	-			
	Coeff	.119	-.057	.303**	.167	.211*	.124	1.000		
	Corelation									
Behavioral Conduct	p value	.268	.600	.004	.119	.049	.251	-		
	Coeff	.089	-.060	.176	.353**	.430**	.178	.447**	1.000	
	Corelation									
Global Self-Worth	P value	.411	.580	.102	.001	.000	.097	.000	-	
	Coeff	.108	.053	.306**	.318**	.539**	.335**	.477**	.542**	1.00
	Corelation									0
	P value	.317	.621	.004	.003	.000	.001	.000	.000	-

Tabel 5 menunjukkan adanya hubungan signifikansi beberapa karakteristik responden seperti usia dengan konsep diri social competence ($r = -.256$) ($p \text{ value} = .016$), usia dengan konsep diri athletic competence ($r = -.224$) ($p \text{ value} = .036$). Terdapat arah hubungan negatif, secara pada tingkat kekuatan menunjukkan korelasi yang lemah.

Selanjutnya, status gizi ditemukan adanya hubungan signifikan dengan berbagai aspek konsep diri diantaranya yaitu, status gizi dengan konsep diri *physical appearance* ($r = .303^{**}$) ($p \text{ value} = .004 < 0,05$) yang berarti semakin tinggi status gizi maka semakin tinggi juga konsep diri *physical appearance* dan sebaliknya, sedangkan status gizi dengan konsep diri *global self-worth* ($r = .306^{**}$) ($p \text{ value} = .004$) yang berarti semakin tinggi status gizi maka semakin tinggi juga

konsep diri *global self-worth* dan sebaliknya. Dapat disimpulkan bahwa terdapat arah hubungan positif, secara pada tingkat kekuatan menunjukkan hubungann yang lemah.

Tabel 6. Regresi Linier Berganda Uji T (Parsial)

Schoalistic Competence			
Variabel	Regression Coefficient	T	Sig
Constant	.465	.228	.820
Usia	.106	.647	.519
Jenis Kelamin	.080	.643	.522
Status Gizi	.105	1.589	.116
Social Competence			
Variabel	Regression Coefficient	T	Sig
Constant	4.339	2.228	.029
Usia	-.266	-1.693	.094

Jenis Kelamin	-.103	-.866	.389
Status Gizi	.085	1.339	.184
<i>Athletic Competence</i>			
Variabel	Regression Coefficient	T	Sig
Constant	3.044	1.497	.138
Usia	-.256	-1.560	.123
Jenis Kelamin	-.047	-.381	.704
Status Gizi	.089	1.348	.181
<i>Physical Appearance</i>			
Variabel	Regression Coefficient	T	Sig
Constant	4.736	2.305	.024
Usia	-.082	-.494	.623
Jenis Kelamin	-.171	-1.356	.179
Status Gizi	.194	2.904	.005
<i>Behavioral Conduct</i>			
Variabel	Regression Coefficient	T	Sig
Constant	4.615	2.436	.017
Usia	-.024	-.156	.877
Jenis Kelamin	-.138	-1.187	.239
Status Gizi	.079	1.286	.202
<i>Global Self-Worth</i>			
Variabel	Regression Coefficient	T	Sig
Constant	2.414	1.129	.262
Usia	-.126	-.732	.466
Jenis Kelamin	-.011	-.087	.931
Status Gizi	.170	2.446	.017

Tabel 6 menunjukkan bahwa semua variabel dependen dan variabel confounding tidak berpengaruh signifikan. Sedangkan pada variabel dependen dan variabel independent yang berpengaruh secara signifikan yaitu status gizi dengan konsep diri aspek *physical appearance* dan *global self-worth*.

Tabel 7. Regresi Linier Berganda Uji F (Simultan)

<i>Scholastic Competence</i>			
------------------------------	--	--	--

Variabel	R Square	F	Sig
Usia	.042	1.2	.30
Jenis Kelamin		28	5
Status Gizi			
<i>Social Competence</i>			
Variabel	R Square	F	Sig
Usia	.068	2.0	.11
Jenis Kelamin		34	5
Status Gizi			
<i>Athletic Competence</i>			
Variabel	R Square	F	Sig
Usia	.057	1.7	.17
Jenis Kelamin		01	3
Status Gizi			
<i>Physical Appearance</i>			
Variabel	R Square	F	Sig
Usia	.108	3.3	.02
Jenis Kelamin		86	2
Status Gizi			
<i>Behavioral Conduct</i>			
Variabel	R Square	F	Sig
Usia	.032	.92	.43
Jenis Kelamin		1	4
Status Gizi			
<i>Global Self-Worth</i>			
Variabel	R Square	F	Sig
Usia	.080	2.4	.06
Jenis Kelamin		50	9
Status Gizi			

Tabel 7 menunjukkan bahwa hasil uji F (Simultan) menunjukkan bahwa model regresi secara simultan signifikan dengan nilai .022 (< 0.05) dan pada nilai R^2 menunjukkan .108 yang menunjukkan bahwa variabel confounding dan variabel independen memiliki pengaruh secara simultan (bersama-sama) yang sangat signifikan terhadap konsep diri aspek *physical appearance*.

PEMBAHASAN

Konsep diri mengenai *physical appearance* di usia remaja seiring bertambahnya usia mengalami perkembangan yang pesat akan peran, identitas diri, dan gambaran diri. Remaja cenderung menjadi lebih sadar dan kritis terhadap citra tubuhnya, sehingga perubahan fisik yang terjadi selama masa pubertas dapat mempengaruhi tingkat kepuasan bahkan kepercayaan diri mereka terhadap penampilan fisik [10].

Jenis kelamin adalah salah satu faktor yang berhubungan dengan persepsi seseorang terhadap konsep diri penampilan mereka. Perasaan tidak puas terhadap tubuh, biasanya cenderung dialami oleh seorang perempuan dibandingkan dengan laki-laki. Pada masa remaja, identitas remaja perempuan dipengaruhi oleh tuntutan masyarakat untuk menjadi kurus dan cantik fisik, sementara tinggi badan fisik, kekuatan, keototan, daya tarik serta aspek fungsional tubuh merupakan faktor yang sangat penting dari kompetensi sosial untuk remaja laki-laki [2].

Masa remaja menengah dianggap sebagai tahap kritis dalam perolehan kebiasaan dan perilaku sehat. Selama periode ini, pola makan, status gizi, aktivitas fisik, dan hubungan sosial yang diperoleh sepanjang masa kanak-kanak dikonsolidasikan dan memberikan dasar bagi perilaku masa depan [8]. Status gizi yang memadai sangat penting untuk menjaga kondisi tubuh bahkan kesehatan

pada individu dan populasi tertentu seperti anak hingga remaja. Selain itu anak dengan status gizi yang kurang, akan beresiko mengalami gangguan perkembangan serta pertumbuhan fisik, resiko penyakit, gangguan perkembangan otak, bahkan bisa membuat siklus generasi berikutnya mempunyai kualitas berpikir yang buruk [14]. Dari ketidak seimbangan nutrisi tentunya menyebabkan masalah malnutrisi pada remaja, malnutrisi tersebut memicu penilaian berlebihan yang di alami diri sendiri terhadap perubahan ukuran tubuh [7].

Terjadinya persepsi penilaian terhadap diri mereka sendiri membuat konsep diri mengenai *physical appearance* mempunyai ketidakpuasan terhadap kondisi tubuh, sehingga dapat menyebabkan beberapa masalah seperti, diet yang tidak sehat, depresi dan ketakutan akan kenaikan berat badan. Menurut penelitian yang serupa bahwa remaja yang mengalami kesalah pahaman akan persepsi cara memandang dirinya sendiri, serta status depresi, meningkatkan risiko gangguan makan dan dapat menyebabkan gaya hidup yang tidak sehat, meningkatkan kebiasaan kurang gerak dan gizi yang buruk [1]. Semua faktor ini dapat menyebabkan kekurangan gizi dengan peningkatan risiko penyakit dan kematian. Padahal, kesenjangan yang besar antara bentuk tubuh yang dipersepsikan dengan bentuk tubuh ideal (ketidakpuasan), serta pandangan yang salah terhadap ukuran tubuh (inkonsistensi), dapat mengakibatkan perilaku yang tidak tepat, dengan implikasi serius dalam jangka panjang terhadap kesehatan individu. Sebaliknya, persepsi tubuh yang positif umumnya dikaitkan dengan optimisme, dan perilaku nutrisi yang lebih sehat [17].

KESIMPULAN

Hasil identifikasi dari 6 aspek konsep diri yang paling berpengaruh pada

penelitian ini terdapat usia, jenis kelamin, dan status gizi yang menjadi faktor secara signifikan dalam pembentukan konsep diri aspek *physical appearance*, karena perkembangan usia menentukan tingkat kematangan fisik dan emosional yang mempengaruhi penerimaan diri, sementara jenis kelamin memengaruhi sensitivitas dan tekanan sosial terhadap citra tubuh, dengan remaja perempuan cenderung lebih rentan mengalami ketidakpuasan terhadap penampilan fisik. Status gizi juga berperan signifikan karena kondisi gizi yang kurang baik dapat menyebabkan perubahan fisik yang memengaruhi persepsi diri dan rasa percaya diri terhadap ketidakpuasan penampilan fisik.

SARAN

Saran bagi orang awam dan khususnya bagi peneliti lain yaitu, hasil temuan penelitian ini memfasilitasi penerapan dan perolehan informasi dan pengalaman yang diperoleh sepanjang proses penelitian dalam lingkungan pendidikan, serta menyediakan dasar yang kuat dan wawasan yang berguna bagi peneliti masa depan, yang memungkinkan mereka untuk memajukan atau memperluas studi saat ini dan menghindari kesalahan sebelumnya.

DAFTAR PUSTAKA

1. Abdo, Z. A., Seid, S. A., & Woldekiros, A. N. (2023). Self-perception of physical appearance of adolescents and associated factors in Addis Ababa, Ethiopia. *PLoS ONE*, 18(1 January), 1–13. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0281202>
2. Barbierik, L., Bacikova-Sleskova, M., & Petrovova, V. (2023). The Role of Social Appearance Comparison in Body Dissatisfaction of Adolescent Boys and Girls. *Europe's Journal of Psychology*, 19(3), 244–258. <https://doi.org/10.5964/ejop.6443>
3. Gabriel, T. S., Kasim, M., Oluma, F. A., Muka, T., & Llanaj, E. (2024). Adolescent nutrition in Nigeria: A systematic review. *Journal of Nutritional Science*, 13. <https://doi.org/10.1017/jns.2024.34>
4. Fitriana, K. (2022). Hubungan Eating Disorder dan Tingkat Pengetahuan Diet dengan Status Gizi Remaja Putri. *Nutrizione: Nutrition Research And Development Journal*, 2(2), 1–9. <https://doi.org/10.15294/nutrizione.v2i2.58060>
5. Gagebo, D. D., Kerbo, A. A., & Thangavel, T. (2020). Undernutrition and Associated Factors among Adolescent Girls in Damot Sore District, Southern Ethiopia. *Journal of Nutrition and Metabolism*, 2020. <https://doi.org/10.1155/2020/5083140>
6. Gezaw, A., Melese, W., Getachew, B., & Belachew, T. (2023). Double burden of malnutrition and associated factors among adolescent in Ethiopia: A systematic review and meta-analysis. In *PLoS ONE* (Vol. 18, Issue 4 April). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0282240>
7. Hao, M., Yang, J., Xu, S., Yan, W., Yu, H., & Wang, Q. (2023). The relationship between body dissatisfaction, lifestyle, and nutritional status among university students in Southern China. *BMC Psychiatry*, 23(1), 1–8. <https://doi.org/10.1186/s12888-023-05215-8>
8. Hidayati, R. W., & Puspitasari, E. (2024). Relationship between Self-Perception and Nutritional Status of Adolescent Girls. 2(September), 2157–2163.
9. Kshatri, J. S., Satpathy, P., Sharma, S., Bhoi, T., Mishra, S. P., & Sahoo, S. S. (2022). Self-perceived body image and correlation with nutritional status. *Journal of Family Medicine and*

- Primary Care*, 6(2), 169–170.
<https://doi.org/10.4103/jfmmpc.jfmmpc>
10. Pivnick, L. K., Gordon, R. A., & Crosnoe, R. (2022). The Developmental Significance of Looks from Middle Childhood to Early Adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, 32(3), 1125–1139.
<https://doi.org/10.1111/jora.12644>
 11. Ripta, F., Siagian, M., Wau, H., & Manalu, P. (2023). Persepsi Body Image dan Status Gizi Pada Remaja. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 19(1), 19–26.
<https://doi.org/10.19184/ikesma.v>
 12. Sarfika, R., Saifudin, I. M. M. Y., & Oktavianto, E. (2023). Self-concept among Indonesian adolescents in coastal areas: A cross-sectional study. *Belitung Nursing Journal*, 9(3), 262–270. <https://doi.org/10.33546/bnj.2662>
 13. Sarginson, C., Nicoletta, J., Charlebois, T., Enouy, S., & Tabri, N. (2024). The correlates of appearance focused self-concept: personality traits, self-concept, sociocultural, and early life experience factors. *Journal of Eating Disorders*, 12(1), 1–13.
<https://doi.org/10.1186/s40337-024-01065-1>
 14. Umriaty, U., Rahmanindar, N., Zukhrufiana, I. R., & Qudriani, M. (2022). Pendidikan gizi dan penilaian status gizi bagi remaja calon ibu sehat sebagai upaya untuk mencegah stunting di SMA Ikhsaniah Kota Tegal. *Martabe: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(7), 2532–2537.
 15. United Nations Children's Fund (UNICEF). (2020). Situasi Anak di Indonesia - Tren, peluang, dan Tantangan dalam Memenuhi Hak-Hak Anak. *Unicef Indonesia*, 8–38.
 16. World Health Organization. (2024). *World health sWORLD HEALTH ORGANIZATION - World health statistics 2024*. ISBN 9789240094703. *tatistics 2024*.
 17. You, S., & Shin, K. (2020). Sociocultural influences, drive for thinness, drive for muscularity, and body dissatisfaction among Korean undergraduates. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(14), 1–10. <https://doi.org/10.3390/ijerph17145260>