

HUBUNGAN CITRA TUBUH DAN PEMILIHAN MAKANAN DENGAN ASUPAN ZAT BESI PADA REMAJA PUTRI (Studi pada Remaja Putri Usia 15-17 Tahun di SMAN 13 Bekasi)

RACHMA ZHAFIRANADHILAH WIBOWO-25000119140305
20224-SKRIPSI

Persentase kecukupan asupan zat besi remaja putri di Kota Bekasi masih rendah. Citra tubuh dan pemilihan makanan menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi asupan zat besi remaja putri. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan dari citra tubuh dan pemilihan makanan dengan asupan zat besi pada remaja putri. **Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional***. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri usia 15-17 tahun di SMAN 13 Bekasi dengan sampel sebanyak 61 remaja putri dan pengambilan sampel menggunakan teknik *simple random sampling*. Data karakteristik remaja putri, citra tubuh dan pemilihan makan diperoleh dengan kuesioner, dan data asupan zat besi diperoleh dengan *form Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQ-FFQ)*. Analisis data menggunakan uji korelasi *Rank Spearman*. Sebanyak 62,3% remaja putri memiliki tingkat kecukupan zat besi yang kurang, sebanyak 57,4% remaja putri memiliki citra tubuh yang positif dan sebanyak 50,8% remaja putri memiliki pemilihan makan yang baik. Citra tubuh memiliki hubungan yang cukup bermakna dengan asupan zat besi ($p < 0,05$; $\rho = 0,296$) dan pemilihan makan tidak memiliki hubungan dengan asupan zat besi ($p \geq 0,05$; $\rho = -0,146$). Citra tubuh yang positif dapat meningkatkan asupan zat besi pada remaja putri, tetapi pemilihan makanan yang baik belum tentu dapat meningkatkan asupan zat besi pada remaja putri.

Kata kunci : citra tubuh, pemilihan makanan, asupan zat besi, remaja putri