

Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Status Gizi dengan *Body Image* pada Remaja SMAN 1 Pandeglang

(The Correlation between Social Media Usage Intensity and Nutritional Status with Body Image in Adolescents at State Senior High School 1 of Pandeglang)

Resa Ana Dina*¹, Mira Dewi², Naufal Muraharam Nurdin², Muhammad Aries¹, Eka Purna Yudha³, Nazwa Aulia Rahman¹, Bellinda Almira Noer Islam¹, Fahrian Aif Afwan¹, Hafshah Ayna Mahira¹

¹Departemen Gizi Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia, IPB University, email: resaanadina@apps.ipb.ac.id

²Fakultas Kedokteran, IPB University, email: mirade@apps.ipb.ac.id

³Departemen Sosial Ekonomi, Fakultas Pertanian, Universitas Padjadjaran, email: eka.purna.yudha@unpad.ac.id

* Penulis Korespondensi: resaanadina@apps.ipb.ac.id

ABSTRAK

Masa remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Pada masa ini terjadi proses perkembangan fisik dan psikis. Perubahan fisik dan psikis yang dialami remaja menyebabkan *body image* menjadi negatif. Selain itu, paparan standar ideal pada media sosial dan status gizi yang tidak ideal dapat memperburuk kondisi *body image* remaja. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan intensitas penggunaan media sosial dan status gizi dengan *body image* pada remaja di SMAN 1 Pandeglang. Desain penelitian ini adalah *cross-sectional*, dengan jumlah subjek sebanyak 30 siswa yang diperoleh secara *stratified random sampling*. Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner dan pengukuran antropometri. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar subjek memiliki status gizi baik (80%), sebagian besar intensitas penggunaan media sosial berada pada kategori *heavy user* (57%), dan sebagian besar subjek memiliki citra tubuh positif (60%). Hasil uji Chi-Square menunjukkan tidak terdapat hubungan bermakna antara intensitas penggunaan media sosial dengan *body image* subjek ($p>0,05$), serta terdapat hubungan bermakna antara status gizi dengan *body image* subjek ($p<0,05$).

ABSTRACT

Adolescence is a transitional period from childhood to adulthood. During this period, there is a process of physical and psychological development. The physical and psychological changes experienced by adolescents lead to negative body image. In addition, exposure to ideal standards on social media and non-ideal nutritional status can worsen the condition of adolescent body image. This study aimed to analyze the relationship between the intensity of social media use and nutritional status with body image in adolescents at SMAN 1 Pandeglang. The design of this study was cross-sectional, with the number of subjects 30 students obtained by stratified random sampling. Data collection was done through questionnaires and anthropometric measurements. The results showed that most of the subjects had good nutritional status (80%), most of the intensity of social media use was in the heavy user category (57%), and most of the subjects had a positive body image (60%). The results of the Chi-Square test showed that there was no significant relationship between the intensity of social media use and the subject's body image ($p>0.05$), and there was a significant relationship between nutritional status and the subject's body image ($p<0.05$).