

LITERATURE REVIEW: FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN STATUS GIZI PADA REMAJA

LITERATURE REVIEW: FACTORS ASSOCIATED WITH NUTRITIONAL STATUS IN ADOLESCENTS

¹Ade Ifah Latifah, ²Anisa Fitria, ³Irfa Nur Faujiah

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Respati

Email Korespondensi: adeifahlatifah.ail@gmail.com

Abstrak

Pendahuluan: Salah satu dari tujuh belas tujuan utama Sustainable Development Goals (SDGs) pada tahun 2030 adalah mengenai permasalahan status gizi pada anak dan remaja. Dengan semakin bertambahnya jumlah remaja di Indonesia, isu gizi pada remaja perlu diperhatikan secara khusus karena hal ini akan berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan fisik serta konsekuensinya akan meningkatkan permasalahan gizi pada usia dewasa. Dalam kenaikan angka permasalahan gizi pada remaja dipengaruhi oleh berbagai faktor penyebab yang kompleks dan saling berinteraksi. Pemahaman yang komprehensif tentang faktor penyebab permasalahan gizi sangat penting untuk merancang program gizi yang efektif dan tepat bagi kelompok sasaran. **Tujuan:** tujuan dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan pengetahuan gizi, pendidikan ibu, aktivitas fisik, body image dan faktor lain yang berhubungan dengan status gizi remaja. Penelitian ini menggunakan metode literature review untuk mengkaji teori, hasil penelitian, dan literatur yang relevan sebagai landasan dalam penelitian. Variabel pada penelitian ini terdapat variabel bebas yaitu pengetahuan gizi, pendidikan ibu, aktivitas fisik, body image dan faktor lainnya, variabel terikat pada penelitian ini adalah status gizi remaja. **Hasil:** dari literature review terhadap enam jurnal diperoleh hasil faktor yang memengaruhi status gizi remaja dapat berbeda-beda sesuai dengan karakter dan tempat penelitian. Pengetahuan gizi tidak memiliki hubungan dengan status gizi remaja. Pendidikan ibu dan body image mempunyai hubungan dengan status gizi remaja. Faktor lain yang berhubungan dengan status gizi remaja adalah kebiasaan makan, aktifitas fisik dan status sosial ekonomi. **Kesimpulan dan Saran:** Perlu dilakukan upaya peningkatan status gizi remaja melalui intervensi yang komprehensif dengan melibatkan keluarga, sekolah, dan tenaga kesehatan, serta berfokus pada pembentukan pola makan sehat, peningkatan aktivitas fisik, dan penguatan peran orang tua dalam mendukung kesehatan gizi remaja.

Kata kunci: citra tubuh, fast food, pengetahuan gizi, status gizi

Abstract

Adolescents' nutritional status is one of the seventeen Sustainable Development Goals (SDGs) that must be met by 2030. In addition to Indonesia's growing adolescent population, the topic of adolescent nutrition demands particular study because of its impact on both adult nutritional issues and physical growth and development. Numerous intricate and interrelated causative factors contribute to the rise of dietary problems among adolescents. To create nutritional programs that are appropriate and effective for the target demographic, a thorough understanding of these elements is essential. The purpose of this study is to ascertain how maternal education, physical activity, body image, nutritional awareness, and other elements pertaining to adolescent nutritional status are related. This research employs a literature review to elaborate on theories, findings, and other research materials obtained from reference sources that will serve as the foundation for further research activities. The independent variables in this study are nutritional knowledge, maternal education, physical activity, body image, and other factors, while the dependent variable is adolescent nutritional status. The literature review of six journals indicates that determinants of adolescent nutritional status can lead to variations in the nutritional status of individual adolescents. Adolescent nutritional knowledge was not found to be related to adolescent nutritional status. Maternal education and body image showed a relationship with adolescent nutritional status. Other factors related to adolescent nutritional status include eating habits, physical activity, and socioeconomic status.

Keywords: *body image, fast food, nutritional knowledge, nutritional status*

Pendahuluan

Masa remaja adalah masa peralihan dari anak-anak yang unik dan dinamis dalam siklus kehidupan manusia, ditandai dengan pertumbuhan fisik yang pesat, perkembangan psikologis yang pesat, dan perubahan sosial yang signifikan. Selama fase ini, kebutuhan nutrisi meningkat secara dramatis untuk mendukung pertumbuhan linier, perkembangan massa otot dan tulang, serta pematangan organ dan sistem tubuh (Sutrio, 2017). Status gizi yang optimal di kalangan remaja tidak hanya penting untuk kesehatan saat ini, tetapi juga memiliki implikasi kesehatan jangka panjang di masa dewasa, termasuk risiko obesitas, penyakit kardiovaskular, dan penyakit tidak menular seperti diabetes tipe II (Sakinah, 2021).

Data global menunjukkan bahwa gizi remaja tetap menjadi tantangan kesehatan masyarakat yang utama. Prevalensi kekurangan gizi, seperti terhambatnya pertumbuhan dan kekurangan berat badan, masih tinggi di negara-negara berkembang, sementara meningkatnya prevalensi kegemukan dan obesitas adalah salah satu permasalahan utama di berbagai negara. Transisi gizi global telah menyebabkan meningkatnya beban masalah gizi di kalangan remaja (Global Nutrition Report, 2018).

Di Indonesia, hampir 18% terhadap lebih dari 260 juta penduduk merupakan remaja, namun belum ada kebijakan khusus yang menargetkan gizi untuk para remaja yang akan membentuk masa depan Indonesia. Prevalensi remaja yang mengalami kurang gizi (*thinnes dan severely thinnes*) pada usia 13-18 tahun berkisar 7,3-18%, meningkat sebesar 2% dari tahun sebelumnya. Sedangkan prevalensi remaja yang mengalami kelebihan gizi (*overweight dan obese*) berkisar 12-16,2%, meningkat sebesar

0,2% dari tahun sebelumnya. Artinya angka permasalahan gizi di Indonesia sampai saat ini masih mengalami kenaikan dan belum menemukan Solusi (Bappenas, 2019; Kemenkes BKKP, 2023). Menurut Survei Gizi Indonesia (SSGI) 2023, meskipun prevalensi stunting telah menurun, masalah gizi lainnya di kalangan remaja seperti anemia, kekurangan zat gizi mikro lainnya, dan meningkatnya prevalensi obesitas masih memerlukan perhatian serius. Remaja dengan penilaian status gizi buruk dapat berdampak negatif pada kemampuan belajar, produktivitas, kesehatan reproduksi dan kualitas hidup secara keseluruhan (Kemenkes, 2023).

Malnutrisi pada remaja dapat menimbulkan dampak jangka panjang, terutama pada kesehatan reproduksi. Remaja dengan status gizi kurang atau terlalu kurus berisiko mengalami gangguan fungsi reproduksi. Selain itu, kegagalan mencapai status gizi yang optimal akan berdampak pada kondisi gizi dan kesehatan remaja, baik saat ini maupun di masa mendatang. Remaja yang lebih gizi atau gemuk memiliki risiko penyakit degeneratif yang lebih tinggi daripada remaja yang kurang gizi (Mardalena, 2021).

Status gizi remaja dipengaruhi oleh beberapa faktor yang kompleks dan saling berinteraksi. Faktor-faktor ini dapat dikategorikan menjadi faktor individu (seperti asupan makanan, pengetahuan gizi, aktivitas fisik, citra tubuh, dan perilaku makan), faktor keluarga (sosial ekonomi, tingkat pendidikan ibu, pola makan keluarga, dan dukungan orang tua), faktor lingkungan (seperti ketersediaan pangan, akses ke fasilitas kesehatan, pengaruh teman sebaya, dan lingkungan sekolah), serta faktor sosio-kultural (seperti norma

budaya, iklan makanan, dan media massa) (Hadi, 2019).

Pemahaman menyeluruh tentang faktor-faktor terkait status gizi remaja sangat penting untuk perancangan dan penerapan intervensi gizi yang efektif dan tepat sasaran. Penelitian sebelumnya telah mengidentifikasi berbagai faktor yang memengaruhi status gizi remaja, namun kompleksitas interaksi antara faktor-faktor tersebut dan perbedaan latar belakang sosial budaya di berbagai daerah memerlukan penelitian yang lebih mendalam dan komprehensif.

Literature review ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan menganalisis secara sistematis faktor yang terkait dengan status gizi remaja berdasarkan bukti ilmiah yang dipublikasikan dalam jurnal terakreditasi SINTA (*Indeks Sains dan Teknologi*). Dengan mensintesis temuan-temuan dari berbagai penelitian berkualitas di Indonesia, diharapkan bahwa literature review ini akan memberikan gambaran yang lebih jelas dan lebih komprehensif tentang faktor-faktor penentu status gizi remaja, sehingga dapat menjadi landasan bagi

pengembangan kebijakan dan program intervensi gizi yang lebih efektif dalam meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan remaja di Indonesia.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode studi kepustakaan atau literature review dengan menggunakan pencarian data berupa artikel ilmiah full text dan open acces dalam bahasa Indonesia yang diterbitkan pada tahun 2021–2025 melalui database atau search engine yang dapat diakses seperti Google scholar, Pubmed, *research gate*, Sinta (*Science and Technology Index*). Penelusuran artikel penelitian pada beberapa database menggunakan kata kunci atau kata pencarian berupa “*nutritional status of adolescents or determinants of adolescent nutrition*”. Dari hasil pencarian studi melalui database diambil 10 artikel yang sesuai dengan kriteria. Kemudian dari 10 artikel tersebut dilakukan penilaian artikel menggunakan *Duffy's Research Appraisal Checklist Approach* kategori superior paper (skor 205-306) dan didapatkan hasil 6 artikel.

Tabel 1 Kriteria Inklusi Dan Kriteria Ekslusi

KRITERIA	KRITERIA INKLUSI	KRITERIA EKSLUSI
Jangka	Waktu penerbitan jurnal maksimal 5 tahun	Waktu penerbit jurnal lebih dari 5 tahun
Waktu	Pada rentang tahun 2021-2025	Tahun 2020 ke bawah
Bahasa	Bahasa Indonesia dan Bahasa Inggris	Bahasa yang susah dimengerti
Jenis Jurnal	Original artikel penelitian (bukan review penelitian) tersedia full text	Hanya ada abstrak saja dan tidak full text
Sasaran	Remaja	Bukan berfokus pada remaja

Hasil

Tabel 2 Ringkasan studi literatur faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi

No	Peneliti	Sampel	Metode	Judul	Sumber	Hasil/Kesimpulan
1	Alfiyatur Rahmah, Ony Linda, Dian Kholika Hamal	Jumlah sampel 150 responden	Penelitian deskriptif dengan rancangan <i>cross-sectional</i>	Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi pada Remaja di SMP Negeri 262 Jakarta Timur Tahun 2024	SEHATMAS (Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat) https://journal.literasisains.id/index.php/SEHATMAS e-ISSN 2809-9702 p-ISSN 2810-0492 Vol. 3 No. 3 (Juli 2024) 549-563 DOI: 10.55123/sehatmas.v3i3.3974	Ada hubungan yang signifikan antara pendidikan ibu dan citra tubuh terhadap status gizi pada remaja. tidak ada hubungan antara pendapatan keluarga, aktivitas fisik, dan pengetahuan gizi.
2	Rifka Putri Andayani, Rizka Ausrianti	Jumlah sampel 58 responden	Penelitian deskriptif dengan rancangan <i>cross-sectional</i>	Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi pada Remaja di MTsN 5 Kota Padang	Jurnal Keperawatan Volume 13 Nomor 4, Desember 2021 e-ISSN 2549-8118 p-ISSN 2085-1049 http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/Keperawatan Hal. 1111-1118	Ada hubungan yang signifikan antara kebiasaan makan ($p < 0,05$) dan aktifitas fisik ($p = 0,05$) dengan status gizi remaja. Tidak ada hubungan antara kualitas tidur dengan status gizi pada remaja ($p > 0,05$).
3	Nanda Putri Purba, Nadita Kirani, Amenda Sabarita Br.Sitepu, Indah Risky Siregar, Djody Prianton, NESTA	Jumlah sampel 81 responden	Penelitian deskriptif dengan rancangan <i>cross-sectional</i>	Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Status Gizi Remaja MTs Al-Washliyah Desa Celawan Kec. Pantai Cermin Kab. Serdang Bedagai	CENDEKIA UTAMA Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat STIKES Cendekia Utama Kudus P-ISSN 2252-8865 E-ISSN	Tidak ada hubungan antara pengetahuan gizi ($p > 0,05$), status sosial ekonomi ($p > 0,05$) dengan status gizi pada remaja. Ada hubungan antara aktifitas fisik dengan status gizi pada remaja ($p < 0,05$).

	Marienty Partisya, Ulandari, Delfriana Ayu				2598-4217 Vol 13, No 1 Maret, 2024 http://jurnal.stikescendekiautamakudus.ac.id	
4	Icarestika Waluyani, Dina Anggreini, Aminudin, Muhammad Usamah Yusuf	Jumlah sampel 50 responden	Penelitian deskriptif dengan rancangan <i>cross-sectional</i>	Pengaruh Pengetahuan, Pola Makan, dan Aktivitas Fisik Remaja Terhadap Status Gizi di SMPN 31 Medan, Kecamatan Medan Tuntungan	PubHealth Jurnal Kesehatan Masyarakat Vol 1 No 1 Juli 2022 ISSN 2830-7224 DOI: https://doi.org/10.56211/pubhealth.v1i1.31 https://jurnal.il.mubersama.com/index.php/PubHealth/article/view/31	Ada pengaruh penyuluhan terhadap peningkatan pengetahuan siswa. Adanya keterkaitan antara pengetahuan, pola makan, dan aktivitas fisik remaja di SMPN 31 Medan terhadap Indeks Massa Tubuh
5	Putri Aulia Arza, Liza Nola Sari	Jumlah sampel 188 responden	Penelitian deskriptif dengan rancangan <i>cross-sectional</i>	Hubungan Konsumsi Sayur dan Buah dengan Status Gizi Pada Remaja Di SMP Kabupaten Pesisir Selatan	Jurnal Kesehatan Kusuma Husada Vol.12 No.2 Juli 2021 DOI: https://doi.org/10.34035/jk.v12i2.758 http://jurnal.ukh.ac.id/index.php/JK/article/view/758	Tidak terdapat pengaruh signifikan antara pola makan, aktifitas fisik, dan durasi tidur terhadap status gizi remaja.
6	Fitriyanti Patarru, Rosmina Situngkir, Chindy F, Heumasse, Chrily, Graselya S, Ahudara	Jumlah sampel 84 responden	Penelitian deskriptif dengan rancangan <i>cross-sectional</i>	Kebiasaan Konsumsi Makanan Siap Saji (<i>Fast Food</i>) dan Status Gizi pada Remaja	Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes Volume 13 Nomor Khusus, Januari 2022 p-ISSN 2086-3098 e-ISSN 2502-7778 https://forikes-ejournal.com/index.php/SF/a	Ada hubungan yang signifikan antara kebiasaan konsumsi fast food dengan status gizi pada remaja di Makassar.

Pembahasan

Hasil literatur review dari enam artikel menunjukkan bahwa ada sejumlah variabel yang memiliki hubungan signifikan dengan status gizi remaja. Sebagian besar penelitian menunjukkan hasil bahwa faktor individu berperan penting dalam status gizi remaja. Penelitian yang dilakukan Rahmah, Linda, dan Hamal (2024) menemukan terdapat hubungan yang signifikan antara pendidikan ibu dan *body image* dengan status gizi remaja. Banyak studi global menemukan hubungan penting antara pendidikan ibu dan status gizi remaja. Ibu yang memiliki tingkat pendidikan tinggi cenderung memiliki pengetahuan yang lebih baik tentang gizi, sanitasi, dan perawatan kesehatan, sehingga bisa menjadi indikator penting untuk status gizi anak dan remaja. Secara konsisten, penelitian yang dilakukan di negara-negara berkembang diperoleh hasil Pendidikan ibu berkorelasi positif dengan status gizi anak (Alfiyatur Rahmah et al., 2024).

Sementara itu, *body image* dengan status gizi remaja juga memiliki hubungan yang signifikan antara keduanya. Hal ini juga didukung oleh literatur yang ada. Permasalahan *body image* dipengaruhi oleh berbagai hal seperti media, teman sebaya, dan budaya. Penelitian yang dilakukan di negara-negara Barat telah banyak menunjukkan hasil bahwa ada korelasi antara *negative body image* dan gangguan makan pada remaja. Perilaku makan yang tidak sehat, seperti diet ekstrem, makan berlebihan, atau penggunaan obat pencahar, semuanya dapat berdampak buruk pada status gizi (Pushpa et al., 2024; Yurtdaş-Depboylu et al., 2022).

Status gizi remaja tampaknya dipengaruhi oleh kebiasaan atau pola makan dan aktivitas fisik. Studi yang dilakukan oleh Patarru et al. (2022) telah sejalan dengan tren global yang mengkhawatirkan dimana dalam hasil penelitian menekankan hubungan antara status gizi remaja dan konsumsi makanan siap saji (*fast food*). Makanan cepat saji (*fast food*) umumnya mengandung lebih tinggi kalori, lemak, gula, dan garam, sehingga dikaitkan dengan peningkatan prevalensi obesitas dan

penyakit tidak menular di kalangan remaja di seluruh dunia. Salah satu masalah kesehatan masyarakat yang signifikan adalah peralihan gizi. Masalah ini ditandai dengan adanya perubahan kebiasaan atau pola makan yang mengarah pada konsumsi makanan yang lebih tinggi energi dan kurang nutrisi (Patarru et al., 2022). Temuan studi lain yang dilakukan di Arab Saudi menunjukkan bahwa remaja yang sering mengonsumsi makanan *fast food* berarti bahwa mereka makan makanan dengan kualitas rendah dan lebih banyak mengandung gula dan kurang serat. Hasil ini sejalan dengan penelitian lain yang menunjukkan bahwa remaja yang sering makan makanan *fast food* cenderung makan makanan yang memiliki kualitas rendah (Mumena et al., 2022).

Penelitian terkait dengan faktor aktivitas fisik memiliki hubungan signifikan dengan status gizi remaja didukung oleh tiga penelitian yang diambil dalam literature review ini. Hal ini sesuai dengan pemahaman umum bahwa berolahraga baik untuk kesehatan. Untuk menjaga berat badan ideal dan sehat, aktivitas fisik membantu membakar kalori berlebih, membangun massa otot, dan meningkatkan metabolisme. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) merekomendasikan remaja untuk melakukan olahraga baik ringan maupun berat minimal sehari 60 menit untuk mendapatkan manfaat kesehatan (Andayani & Ausrianti, 2021; Putri Purba et al., 2024; Waluyani et al., 2022).

Penelitian yang melibatkan variabel pengetahuan gizi dan status sosial ekonomi tentang status gizi remaja hasilnya tidak konsisten. Menurut Rahmah, Linda, dan Hamal (2024) dan Purba et al. (2024), tidak terdapat korelasi antara dua komponen ini dengan status gizi remaja. Namun, studi Waluyani et al. (2022) menunjukkan bahwa penyuluhan sangat penting untuk meningkatkan pengetahuan gizi remaja. Hasil yang berbeda tentang hubungan antara pengetahuan gizi dan status gizi remaja menunjukkan bagaimana pengetahuan berperan dalam perilaku kesehatan. Meskipun pengetahuan tentang nutrisi sangat penting, tidak selalu menjadi kebiasaan makan yang

sehat. Faktor-faktor lain, seperti ketersediaan makanan sehat, aksesibilitas, keterjangkauan, dan pengaruh sosial budaya, juga memainkan peran penting. Intervensi pendidikan gizi perlu disertai dengan strategi untuk mengatasi hambatan-hambatan ini agar efektif dalam meningkatkan status gizi remaja. Dalam analisis diperoleh hasil korelasi yang rendah antara pengetahuan dengan status gizi, hal ini terjadi karena seseorang bisa saja memiliki pengetahuan yang cukup ataupun baik tentang gizi tetapi dalam pelaksanaannya tidak bisa memilih makanan yang baik untuk dikonsumsi. Hasil ini sesuai dengan penelitian ketiga yang menunjukkan bahwa pengetahuan yang baik jika tidak dikombinasikan dengan sikap yang baik dalam memilih makanan yang sehat pada akhirnya akan mempengaruhi keadaan gizi seseorang (Alfiyatur Rahmah et al., 2024; Putri Purba et al., 2024; Waluyani et al., 2022).

Status sosial ekonomi juga merupakan faktor kompleks yang dapat mempengaruhi status gizi melalui berbagai mekanisme, termasuk akses ke makanan bergizi, fasilitas kesehatan, dan lingkungan yang mendukung gaya hidup sehat. Status sosial ekonomi dapat mempengaruhi status gizi melalui berbagai jalur, termasuk akses ke makanan bergizi, fasilitas kesehatan, lingkungan yang aman untuk beraktivitas fisik, dan pendidikan. Namun, hubungan ini dapat dimodifikasi oleh faktor-faktor lain, seperti kebijakan pemerintah, program sosial, dan norma budaya. Penelitian di berbagai negara telah menunjukkan bahwa dampak status sosial ekonomi terhadap status gizi dapat berbeda-beda tergantung pada konteksnya. Status sosial ekonomi juga merupakan faktor yang kompleks, dan dapat mempengaruhi status gizi melalui berbagai mekanisme, seperti akses ke makanan bergizi, fasilitas kesehatan, dan lingkungan yang mendukung gaya hidup sehat. Hubungan ini, bagaimanapun, dapat diubah oleh elemen lain, seperti kebijakan pemerintah, program sosial, dan norma budaya. Studi di berbagai negara telah menunjukkan bahwa dampak status sosial ekonomi terhadap status gizi dapat berbeda-beda tergantung pada konteksnya. Secara umum, pilihan makanan dan aktivitas fisik keluarga bergantung pada status sosial ekonomi dan norma budaya, seperti apa dan di mana keluarga makan, dan siapa yang memutuskan dan mengawasi menu (Abera et al., 2021).

Keanekaragaman hasil dari berbagai penelitian yang tercakup dalam literatur review

ini menggarisbawahi kompleksitas faktor yang memengaruhi status gizi remaja. Hasil dapat berbeda jika sampel berbeda, metodologi penelitian, dan konteks sosial budaya. Penelitian yang dilakukan di perkotaan mungkin menunjukkan hasil yang berbeda dari penelitian yang dilakukan di pedesaan, atau penelitian dengan sampel yang lebih besar mungkin akan menunjukkan hasil yang lebih representatif.

Untuk menangani masalah status gizi remaja, literature review ini menunjukkan bahwa pendekatan yang komprehensif dan multidimensi diperlukan. Untuk intervensi gizi yang efektif, berbagai faktor harus dipertimbangkan antara lain faktor individu, faktor keluarga, lingkungan, dan faktor sosial budaya. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk memahami hubungan kompleks antara faktor-faktor ini dan menemukan strategi intervensi yang paling efektif untuk meningkatkan status gizi remaja dalam berbagai konteks.

Kesimpulan dan Saran

Faktor yang secara konsisten berhubungan dengan status gizi remaja yaitu Pendidikan ibu, *body image*, kebiasaan makan atau konsumsi *junk food*, dan aktivitas fisik. Sedangkan variabel yang tidak konsisten berhubungan dengan status gizi remaja adalah faktor pengetahuan, status sosial ekonomi.

Disarankan kepada lembaga pendidikan atau sekolah untuk melakukan kerjasama lintas sektor baik dengan Puskesmas maupun dengan Dinas Kesehatan untuk meningkatkan monitoring terhadap status gizi siswa, memberikan sosialisasi berkala tentang pola aktivitas fisik dan gizi seimbang dan pola makan yang baik.

Ucapan Terima Kasih:

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan dalam penyusunan artikel ini, serta kepada para peneliti yang karya ilmiahnya menjadi referensi dalam literature review ini.

Daftar Pustaka

Abera, M., Hardy-Johnson, P., Abdissa, A., Workicho, A., Ali, R., Weller, S., Fall, C., Kehoe, S. H., Barker, M., & Haileamlak, A. (2021). Social, economic and cultural influences on adolescent nutrition and physical activity in Jimma, Ethiopia: perspectives from adolescents and their

- caregivers. *Public Health Nutrition*, 24(16), 5218–5226. <https://doi.org/10.1017/S1368980020001664>
- Alfiyatur Rahmah, Ony Linda, & Dian Kholika Hamal. (2024). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi pada Remaja di SMP Negeri 262 Jakarta Timur Tahun 2024. *SEHATMAS: Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 3(3), 549–563. <https://doi.org/10.55123/sehatmas.v3i3.3974>
- Andayani, R. P., & Ausrianti, R. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan Status Gizi pada Remaja. *Jurnal Keperawatan*, 13, 1111–1118.
- Bappenas. (2019). *Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2020-2024*.
- Global Nutrition Report. (2018). *Chapter 03 : Three issues in critical need of attention*.
- Hadi, A. J. (2019). *Literatur review : model modifikasi intervensi pencegahan obesitas*. Indonesia Pustaka.
- Kemenkes BKKP. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 Dalam Angka*.
- Mardalena, I. (2021). *Dasar-Dasar Ilmu Gizi Dalam Keperawatan*. Pustaka Baru Press.
- Mumena, W. A., Ateek, A. A., Alamri, R. K., Alobaid, S. A., Alshallali, S. H., Afifi, S. Y., Aljohani, G. A., & Kutbi, H. A. (2022). Fast-Food Consumption, Dietary Quality, and Dietary Intake of Adolescents in Saudi Arabia. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(22), 15083. <https://doi.org/10.3390/ijerph192215083>
- Patarru, F., Situngkir, R., Heumasse, C. F., & Graselya, A. (2022). Kebiasaan Konsumsi Makanan Siap Saji (Fast Food) dan Status Gizi pada Remaja. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 13, 234–237. <https://doi.org/10.33846/sf13nk143>
- Pushpa, B. S., Abdul Latif, S. N., Sharbini, S., Murang, Z. R., & Ahmad, S. R. (2024). Nutrition education and its relationship to body image and food intake in Asian young and adolescents: a systematic review. *Frontiers in Nutrition*, 11. <https://doi.org/10.3389/fnut.2024.1287237>
- Putri Purba, N., Kirani, N., Sabarita Br Sitepu, A., Risky Siregar, I., Priantono, D., Marienty Partisya, N., & Ayu, D. (2024). FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI STATUS GIZI REMAJA MTS AL-WASHLIYAH DESA CELAWAN KEC. PANTAI CERMIN KAB. SERDANG BEDAGAI. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat STIKES Cendekia Utama Kudus*, 13.
- Kemenkes. (2023). *BUKU SAKU Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022*.
- Sakinah, K. K. (2021). *Zat Gizi dan Anjuran Pola Makan*. GUEPEDIA. <https://books.google.co.id/books?id=HqVKEAAAQBAJ>
- Sutrio. (2017). HUBUNGAN ASUPAN ENERGI, PENGETAHUAN GIZI DAN AKTIVITAS FISIK TERHADAP STATUS GIZI SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS GLOBAL MADANI KOTA BANDAR LAMPUNG TAHUN 2016. *Jurnal Kesehatan Holistik (The Journal of Holistic Healthcare)*, 11(1), 1–4.
- Waluyani, I., Siregar, F. N., Anggreini, D., Aminuddin, & Yusuf, M. U. (2022). Pengaruh Pengetahuan, Pola Makan, dan Aktivitas Fisik Remaja Terhadap Status Gizi di SMPN 31 Medan, Kecamatan Medan Tuntungan. *PUBHEALTH JURNAL KESEHATAN MASYARAKAT*.
- Yurtdaş-Depboylu, G., Kaner, G., & Özçakal, S. (2022). The association between social media addiction and orthorexia nervosa, eating attitudes, and body image among adolescents. *Eating and Weight Disorders - Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 27(8), 3725–3735. <https://doi.org/10.1007/s40519-022-01521-4>