HUBUNGAN *BODY IMAGE* DAN KEBIASAAN MEMBACA LABEL INFORMASI GIZI DENGAN STATUS GIZI LEBIH PADA REMAJA USIA 16-18 TAHUN DI SMAN 8 BATAM

Serli Haitul Hasanah
Program Studi Sarjana Gizi
Fakultas Ilmu Kesehatan Institut Kesehatan Mitra Bunda

Dosen Pembimbing
Amalina Rizma S.Gz., M.Gz
Dr. Ns. Didi Yunaspi, M.Kep CMC

INTISARI

Gizi lebih pada remaja merupakan salah satu masalah kesehatan yang masih menjadi perhatian. Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 mencatat prevalensi gizi lebih remaja usia 16–18 tahun sebesar 12,1% di Indonesia dan 16% di Kepulauan Riau. Di Kota Batam, kasus tertinggi ditemukan di Puskesmas Sei Panas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *body image* dan kebiasaan membaca label informasi gizi dengan status gizi lebih pada remaja usia 16-18 tahun di SMAN 8 Batam. Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional* pada 65 remaja usia 16–18 tahun di SMAN 8 Batam yang dipilih dengan teknik *stratified random sampling*. Analisis data dilakukan menggunakan uji *Spearman Rank*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *body image* dengan status gizi lebih pada remaja usia 16–18 tahun di SMAN 8 Batam (p=0,001; r=0,540), arah hubungan positif dan kekuatan korelasi sedang, arah hubungan positif dan korelasi sedang, menunjukkan bahwa semakin tinggi ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh, semakin tinggi kecenderungan status gizi lebih pada remaja. Sementara itu, tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan membaca label informasi gizi dengan status gizi lebih (p=0,232 ; r=-0,141), arah hubungan negatif dan kekuatan korelasi sangat lemah, menunjukkan bahwa kebiasaan membaca label informasi gizi berpengaruh sangat lemah terhadap status gizi lebih pada remaja. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa *body image* berhubungan dengan status gizi lebih, sedangkan kebiasaan membaca label informasi gizi tidak berhubungan signifikan. Remaja disarankan membangun *body image* positif dan membiasakan membaca label informasi gizi sebelum memilih makanan dan minuman kemasan.

Kata Kunci : *Body image*, kebiasaan membaca label gizi, status gizi lebih

THE RELATIONSHIP OF BODY IMAGE AND NUTRITION FACTS LABEL READING HABITS WITH OVERWEIGHT AND OBESITY AMONG ADOLESCENTS AGED 16–18 YEARS AT SMAN 8 BATAM

Serli Haitul Hasanah
Bachelor of Nutrition Study Program
Fakultas Ilmu Kesehatan Institut Kesehatan Mitra Bunda

Supervisior
Amalina Rizma S.Gz., M.Gz
Dr. Ns. Didi Yunaspi, M.Kep CMC

ABSTRACT

Overweight and obesity among adolescents remain a public health concern. The 2023 Indonesian Health Survey (SKI) reported a prevalence of overweight and obesity of 12.1% among adolescents aged 16–18 years in Indonesia and 16% in the Riau Islands. This study aimed to determine the relationship between body image, nutrition label reading habits, and overweight and obesity among adolescents aged 16–18 years at SMAN 8 Batam. This study used a cross-sectional design involving 65 adolescents aged 16–18 years at SMAN 8 Batam, selected using stratified random sampling. The results showed a significant association between body image and overweight and obesity among adolescents aged 16–18 years at SMAN 8 Batam (p=0.001; r=0.540), with a positive direction and moderate correlation strength, indicating that greater body dissatisfaction was associated with a higher tendency toward overweight and obesity. Meanwhile, no significant association was found between nutrition label reading habits and overweight and obesity (p=0.232; r=-0.141), the negative direction and very weak correlation strength indicate a very weak association between nutrition label reading habits and overweight and obesity among adolescents. It can be concluded that body image is significantly associated with overweight and obesity, whereas nutrition label reading habits are not significantly associated with overweight and obesity among adolescents aged 16–18 years at SMAN 8 Batam. Adolescents are encouraged to develop a positive body image and routinely read nutrition labels before selecting packaged foods and beverages.

Keywords: *Body image, nutrition label reading habits, overweight and obesity*