

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Masalah status gizi dapat terjadi pada semua kelompok usia. Berdasarkan laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 proporsi status gizi di Indonesia berdasarkan kategori Indeks Massa Tubuh (IMT) pada penduduk usia >18 tahun yaitu sebesar 9,3% memiliki status gizi kurang, 55,3% status gizi normal, 13,6% status gizi lebih, dan 21,8% status gizi obesitas. Berdasarkan data yang diperoleh dari Riskesdas di Provinsi DKI Jakarta jumlah penduduk usia >18 tahun yang memiliki status gizi kurus yaitu sebesar 7,9%, status gizi normal 46,6%, status gizi lebih 15,6%, dan status gizi obesitas 29,8% (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Status gizi merupakan faktor penentu kualitas seseorang, dengan status gizi yang optimal maka derajat kesehatan juga optimal (Dewi & Adriyanti, 2020). Maka dari itu penting bagi kita untuk memantau status gizi secara berkala karena termasuk salah satu indikator kesehatan tubuh (*Kaharina et al.*, 2021). Salah satunya indikator kesehatan tubuh mahasiswa.

Mahasiswa merupakan individu dalam progress usia remaja akhir menuju dewasa awal yaitu usia 18-25 tahun (Hulukati & Djibran, 2018). Mahasiswa yang berada dalam fase remaja akhir ditandai dengan berkembangnya fisik, kognitif, sosioemosi hingga suatu taraf mahasiswa mencapai identitasnya. Salah satu aspek pembentukan identitas yaitu citra tubuh (Tika, 2018). Berkaitan dengan tren badan ideal dan kurus membuat seseorang merasa tidak puas dengan bentuk tubuhnya sehingga beresiko memiliki citra tubuh negatif (Alifatuz & Lailatul, 2020). Citra tubuh negatif membuatnya memilih untuk tidak mengikuti pola makan sehat seperti banyak mengonsumsi sayur dan buah tetapi lebih memilih mengurangi asupan hariannya demi mencapai bentuk tubuh ideal (Rika *et al.*, 2020).

Bentuk tubuh ideal menjadi penting bagi mahasiswa karena dapat menunjang penampilan. Keinginan memiliki tubuh ideal dikarenakan adanya faktor pikiran, pendapat, serta perlakuan orang lain terhadap dirinya (Alifatuz & Lailatul, 2020). Dari hasil penelitian (Rika *et al.*, 2020) terdapat 90% siswa SMA dengan citra tubuh negatif memiliki status gizi lebih, dan 12,9% dengan citra tubuh negatif

memiliki status gizi normal, artinya responden masih sering menganggap bentuk tubuhnya lebih besar dari sebenarnya padahal bentuk tubuhnya sudah ideal. Menurut Widyastuti (2017) perempuan memiliki kecemasan yang lebih terhadap perubahan bentuk tubuhnya, dan laki-laki lebih memperhatikan ukuran tubuh, berotot dan berisi. Ketika memiliki pandangan tidak baik terhadap tubuh hal yang mungkin terjadi yaitu penurunan *self-esteem*, stress secara emosional, kecemasan, depresi, kesehatan seksual yang terancam, *social with drawal*, berhenti berolahraga, kebiasaan perilaku diet yang tidak sehat, dan gangguan makan. Dengan demikian penting untuk memperhatikan permasalahan persepsi citra tubuh agar tidak terjadi masalah status gizi (Erina & Dian, 2022).

Status gizi juga dipengaruhi oleh aktivitas fisik (Sitorus *et al.*, 2020). Aktivitas fisik berperan dalam menjaga status gizi terutama berat badan karena sebagai penentu dalam pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT) (Supit *et al.*, 2021). Nugroho (2016) dalam penelitiannya mengatakan sebesar 76,4% mahasiswa jarang dan tidak pernah melakukan aktivitas fisik berat. Dalam penelitian Ge *et al* (2019) menyebutkan 80,6% mahasiswa memiliki aktivitas fisik kurang (Multazami, 2022).

Status gizi pada masa kuliah juga dapat dipengaruhi oleh padatnya aktivitas karena masa kuliah merupakan salah satu masa aktif mahasiswa dan akan menyita waktu istirahat. Roring *et al* (2020) dalam penelitiannya menunjukkan hasil bahwa aktivitas fisik berhubungan dengan status gizi. Suraoka (2015) dalam penelitiannya menjelaskan bahwa aktivitas fisik yang rendah mengakibatkan penurunan pembakaran energi sehingga tubuh menyimpan energi berlebih dalam bentuk lemak.

Lemak tubuh menjadi komponen paling berpengaruh terhadap kesehatan seseorang baik jangka pendek ataupun jangka panjang (Teresa *et al.*, 2018). Perempuan lebih banyak menyimpan kelebihan energinya sebagai lemak dan laki-laki menggunakan kelebihan energinya untuk mensintesis protein. Simpanan lemak perempuan umumnya terdapat di daerah pinggul (*pear shape*), dan laki-laki di daerah perut (*apple shape*) (Nisa & Rakhma, 2019). Terdapat penelitian yang menyebutkan bahwa tidak ada hubungan antara aktivitas fisik dengan IMT dan

komposisi lemak tubuh, tetapi terdapat kecenderungan pada responden yang memiliki aktivitas ringan memiliki status gizi dan komposisi lemak tubuh yang lebih tinggi (Suratno, 2021). Komposisi tubuh selain terdiri dari persen lemak juga terdiri dari persen otot (Nurfadhilah *et al.*, 2018).

Persentase otot dipengaruhi oleh jenis kelamin, asupan makanan, aktivitas fisik, usia, serta IMT (Nurfadhilah *et al.*, 2018). Pada laki-laki sekitar 40% berat tubuhnya dibentuk oleh otot rangka dan pada perempuan sekitar 32%, membesarnya otot terjadi karena meningkatnya ukuran miofibril serabut otot, filamen aktin dan miosin (protein kontraktile) yang diaktifkan selama kontraksi-kontraksi kuat dari otot tersebut, adanya peningkatan jumlah dan kekuatan jaringan ikat, tendon serta ligamen (Tambing *et al.*, 2020).

Status gizi mahasiswa juga dapat dipengaruhi oleh pengetahuan gizi seimbang (Mardiyanto *et al.*, 2019). Mahasiswa yang tinggal di kost cenderung sebagian besar pola konsumsinya tidak teratur dan jauh dari ukuran sehat dikarenakan kurangnya pengetahuan gizi seimbang, jauh dari keluarga sehingga tidak ada yang mengatur asupannya, mereka hanya memilih makanan yang diinginkan juga jarang memikirkan komposisi yang baik menurut zat gizi yang diperlukannya (Susanti *et al.*, 2021). Pada penelitian yang dilakukan oleh Widya & Palu, (2019) pada remaja putri di salah satu SMA, remaja yang memiliki pengetahuan gizi cukup dengan status gizi normal yaitu 92,1% dan 7,9% dengan status gizi gemuk, pengetahuan gizi kurang dengan status gizi normal 67,6% dan 32,4% dengan status gizi gemuk. Semakin tinggi pengetahuan gizi yang dimiliki memegang peranan penting dalam penggunaan pangan dan akan semakin memperhitungkan jenis serta jumlah makanan yang dipilih untuk dikonsumsi (Widya & Palu, 2019). Maka dari itu harapannya status gizi semakin baik (Rika *et al.*, 2020). Pengetahuan yang didasari dengan pemahaman yang tepat akan menumbuhkan perilaku yang diharapkan, khususnya tentang pengetahuan gizi seimbang.

Universitas Esa Unggul adalah Universitas yang berlokasi di Kebon Jeruk, DKI Jakarta, Indonesia. Dalam Universitas ini tentunya terdapat mahasiswa dengan jumlah yang cukup banyak serta memiliki karakteristik dan status gizi yang berbeda. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada 106

mahasiswa Universitas Esa Unggul 12% diantaranya memiliki status gizi kurus, 47% memiliki status gizi normal, 13% memiliki status gizi lebih dan 27% obesitas.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk menggali informasi mengenai hubungan citra tubuh, aktivitas fisik, dan pengetahuan gizi seimbang dengan status gizi mahasiswa di Universitas Esa Unggul.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas diketahui bahwa masalah gizi terjadi karena adanya ketidakpuasan terhadap bentuk dan ukuran tubuh yang dimiliki, tidak seimbangnya antara aktivitas fisik dengan asupan makanan, kurangnya pengetahuan gizi seimbang, sehingga mengonsumsi makanan hanya berdasarkan apa yang diinginkan juga jarang memikirkan komposisi yang baik menurut zat gizi yang diperlukan oleh tubuh dengan demikian penulis memutuskan untuk melakukan penelitian apakah ada hubungan citra tubuh, aktivitas fisik, dan pengetahuan gizi seimbang dengan status gizi mahasiswa Universitas Esa Unggul.

## **1.3 Pembatasan Masalah**

Dengan segala keterbatasan waktu dan biaya, serta agar tidak meluasnya objek dalam masalah penelitian, maka ruang lingkup permasalahan ini dibatasi oleh hubungan citra tubuh, aktivitas fisik, pengetahuan gizi seimbang sebagai variabel independennya, sedangkan status gizi sebagai variabel dependennya. Peneliti mengambil sasaran mahasiswa di Universitas Esa Unggul karena pada kelompok usia tersebut rentan mengalami ketidakpercayaan diri dan kurang pengetahuan mengenai gizi seimbang. Selain itu, topik penelitian juga akan meneliti mengenai gambaran karakteristik individu yang meliputi jenis kelamin, usia, dan tempat tinggal. Penelitian ini perlu dilakukan karena status gizi merupakan faktor penting untuk mendukung kualitas setiap orang, terutama mahasiswa karena sebagai generasi penerus untuk meningkatkan kualitas bangsa dan negara.

#### **1.4 Rumusan Masalah**

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: “Apakah ada Hubungan Citra Tubuh, Aktivitas Fisik, dan Pengetahuan Gizi Seimbang dengan Status Gizi Mahasiswa Universitas Esa Unggul?”.

#### **1.5 Tujuan Penelitian**

##### **1.5.1 Tujuan Umum**

Mengetahui hubungan citra tubuh, aktivitas fisik, dan pengetahuan gizi seimbang dengan status gizi mahasiswa Universitas Esa Unggul.

##### **1.5.2 Tujuan Khusus**

1. Mengidentifikasi karakteristik yang meliputi usia, jenis kelamin, dan tempat tinggal mahasiswa Universitas Esa Unggul.
2. Mengidentifikasi citra tubuh mahasiswa Universitas Esa Unggul.
3. Mengidentifikasi aktivitas fisik mahasiswa Universitas Esa Unggul.
4. Mengidentifikasi pengetahuan gizi seimbang mahasiswa Universitas Esa Unggul.
5. Mengidentifikasi status gizi (IMT, persen lemak tubuh, dan persen otot) mahasiswa Universitas Esa Unggul.
6. Menganalisis hubungan antara citra tubuh, aktivitas fisik, dan pengetahuan gizi seimbang dengan status gizi (IMT, persen lemak tubuh, dan persen otot) mahasiswa Universitas Esa Unggul.

#### **1.6 Manfaat Penelitian**

##### **1. Bagi Peneliti**

Penelitian ini dilakukan sebagai salah satu persyaratan memperoleh gelar sarjana (S1) Gizi di Universitas Esa Unggul serta menambah ilmu dan wawasan peneliti mengenai hubungan antara citra tubuh, aktivitas fisik, dan pengetahuan gizi seimbang dengan profil gizi (IMT, mahasiswa di Universitas Esa Unggul, melalui penelitian ini juga penulis dapat menerapkan dan memanfaatkan ilmu yang telah didapat selama pendidikan, menambah pengetahuan dan pengalaman dalam membuat penelitian ilmiah.

2. Bagi Responden

Melalui penelitian ini, peneliti berharap mahasiswa dapat mengetahui apakah citra tubuh, aktivitas fisik, dan pengetahuan gizi seimbang berhubungan dengan status gizi mahasiswa di Universitas Esa Unggul.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dapat dimanfaatkan sebagai landasan pengembangan ilmu serta bahan pertimbangan untuk melakukan penelitian yang akan dilakukan di masa mendatang khususnya yang berkaitan dengan hubungan citra tubuh, aktivitas fisik, dan pengetahuan gizi seimbang dengan status gizi mahasiswa.

## 1.7 Keterbaruan Penelitian

Keterbaruan dalam penelitian ini yaitu penelitian dilakukan pada mahasiswa Universitas Esa Unggul, serta menggabungkan variabel independen yaitu citra tubuh, aktivitas fisik, dan pengetahuan gizi seimbang dengan tiga pengukuran yaitu IMT, persen lemak tubuh, dan persen otot. Persen lemak tubuh penting untuk diketahui karena memiliki dampak yang signifikan pada kesehatan, persen lemak tubuh mahasiswa berbeda-beda sesuai dengan faktor pengaruhnya, salah satunya yaitu aktivitas fisik. Aktivitas fisik mahasiswa juga dapat sangat berbeda tergantung pada sejumlah faktor seperti jadwal kuliah, pekerjaan, dan minat olahraga yang dilakukan.

**Tabel 1. 1 Keterbaruan Penelitian**

No.	Peneliti	Judul Penelitian	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Subjek Penelitian	Hasil Penelitian	Kesimpulan
1.	(Jaya & Kumala, 2020)	Hubungan Aktivitas Fisik dengan Komposisi Tubuh Mahasiswa Kedokteran Universitas	Untuk melihat gambaran pola aktivitas fisik dan komposisi tubuh dan untuk mengetahui hubungan antara pola aktivitas fisik dengan	Studi analitik dengan desain potong lintang dengan uji univariat secara deskriptif dan uji bivariat dengan uji <i>Chi-square</i>	61 orang	31,1% mempunyai pola aktivitas fisik rendah dan masing-masing 34,4% dengan pola aktivitas fisik aktif dan sangat aktif. Subjek dengan pola aktivitas fisik rendah memiliki	tidak terdapat hubungan yang bermakna antara pola aktivitas fisik dengan komposisi tubuh mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas

No.	Peneliti	Judul Penelitian	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Subjek Penelitian	Hasil Penelitian	Kesimpulan
		Tarumanagara Angkatan 2013	komposisi tubuh pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2013			massa lemak terbanyak di kategori berlebih (45%) dan pola aktivitas fisik aktif dan sangat aktif terbanyak di kategori kurang (43,9%). Hasil uji hipotesis dengan Chi-square didapatkan nilai p-value 0,135 (>0,05) dan nilai PR 1,97	Tarumanagara angkatan 2013. Namun, subjek dengan aktivitas fisik rendah memiliki risiko sebesar 1,97 kali lebih besar mengalami massa lemak berlebih dibandingkan dengan subjek dengan aktivitas fisik yang aktif
2.	(Merita <i>et al.</i> , 2020)	Persepsi Citra Tubuh, Kecenderungan	Untuk mengetahui hubungan	Penelitian kuantitatif	384 orang	Hasil penelitian menunjukkan bahwa Sebagian besar	Ada hubungan persepsi citra tubuh dengan status gizi



No.	Peneliti	Judul Penelitian	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Subjek Penelitian	Hasil Penelitian	Kesimpulan
		Gangguan Makan dan Status Gizi pada Remaja Putri di Kota Jambi	persepsi citra tubuh dan kecenderungan gangguan makan dengan status gizi pada remaja di SMA Kota Jambi tahun 2019	dengan desain <i>Cross Sectional</i> .		responden memiliki status gizi normal (83,1%), body image positif (64,6%), dan sebanyak (82,8%) remaja putri tidak memiliki gejala gangguan makan. Analisis korelasi menunjukkan ada hubungan persepsi citra tubuh dengan status gizi indikator IMT/U ( $p=0,000$ ; $r=0,443$ ), namun tidak ada hubungan kecenderungan	indikator IMT/U pada remaja putri

No.	Peneliti	Judul Penelitian	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Subjek Penelitian	Hasil Penelitian	Kesimpulan
						gangguan makan dengan status gizi indicator IMT/U (p-value 0,657)	
3.	(Roring <i>et al.</i> , 2020)	Hubungan antara Pengetahuan Gizi, Aktivitas Fisik, dan Intensitas Olahraga dengan Status Gizi	Untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan gizi, aktivitas fisik dengan intensitas olahraga dan status gizi	Penelitian kuantitatif dengan pendekatan <i>cross sectional</i>	118 orang	Hasil uji spearman antara pengetahuan gizi dengan status gizi diketahui memiliki hubungan, diketahui nilai signifikan (2tailed) yaitu 0.003. Kekuatan hubungan moderat arah positif. Uji spearman antara aktivitas fisik dengan status gizi diketahui	Terdapat hubungan antara pengetahuan gizi dengan aktivitas fisik dan status gizi. Tidak terdapat hubungan antara intensitas olahraga dan status gizi

No.	Peneliti	Judul Penelitian	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Subjek Penelitian	Hasil Penelitian	Kesimpulan
						memiliki hubungan, diketahui nilai signifikan (2tailed) yaitu 0.003. Kekuatan hubungan moderat arah positif. Uji spearman antara intensitas olahraga dengan status gizi diketahui tidak memiliki hubungan.	
4.	(Siregar <i>et al.</i> , 2020)	The Effect of Nutrition Knowledge on Nutritional Status in Sport	Untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan gizi dengan status gizi	<i>Cross Sectional</i>	27 orang	Hasilnya menunjukkan bahwa 81,5% siswa memiliki BMI normal, sementara 14,5% dan 3,7%	Ada hubungan signifikan antara pengetahuan gizi dengan status gizi

No.	Peneliti	Judul Penelitian	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Subjek Penelitian	Hasil Penelitian	Kesimpulan
		Science Student	mahasiswa di lingkungan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan			kelebihan berat badan dan kekurangan berat badan. Hasil uji regresi menunjukkan $r = 0,580$ dengan $p = 0,004$ , yang berarti pengetahuan gizi berpengaruh terhadap status gizi I	
5.	(Octaviani Sagala, 2018)	Hubungan Pola Makan dan Pengetahuan Gizi Seimbang dengan Gizi Lebih Mahasiswa	Untuk menganalisis hubungan pola makan dan pengetahuan gizi seimbang dengan kejadian	<i>Cross Sectional</i> dan dianalisis menggunakan uji <i>Chi-Square</i>	161 orang	Mayoritas sampel berjenis kelamin perempuan (94,4%), berusia 19 tahun (50,3%) dan berasal dari program studi S1 Keperawatan	Tidak ada hubungan yang signifikan antara pola makan dan pengetahuan gizi seimbang dengan kejadian gizi lebih pada

No.	Peneliti	Judul Penelitian	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Subjek Penelitian	Hasil Penelitian	Kesimpulan
		STIKes Mitra Keluarga	gizi lebih pada mahasiswa di STIKes Mitra Keluarga Bekasi			(43,5%) dan analisis bivariat menggunakan uji Chi-Square menunjukkan bahwa nilai p-value pada masing-masing variable penelitian yaitu Pola Makan (0,831) dan Pengetahuan Gizi Seimbang (0,952)	mahasiswa STIKes Mitra Keluarga Bekasi
6.	(Irfani & Noerfitri, 2021)	Hubungan Body Image dengan Asupan Lemak dan Kebiasaan	Untuk menganalisis hubungan body image dengan asupan lemak	<i>Cross Sectional</i>	180 orang	Hasil analisis menunjukkan nilai p-value hubungan antar variabel yaitu body imagedengan	Tidak terdapat hubungan antara citra tubuh (body image) dengan asupan lemak dan

No.	Peneliti	Judul Penelitian	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Subjek Penelitian	Hasil Penelitian	Kesimpulan
		Berolahraga di Masa Pandemi Covid-19 pada Mahasiswa Stikes Mitra Keluarga Bekasi	dan kebiasaan berolahraga di masa pandemic Covid-19 pada mahasiswa STIKes Mitra Keluarga			asupan lemak p-value= 0,881, dan body imagedengan kebiasaan berolahraga p-value=0,274.	kebiasaan berolahraga pada masa Pandemi Covid-19 di STIKes Mitra Keluarga
7.	(Khakim et al., 2022)	<i>Relationship Between Physical Activity and Sedentarily Activity with Nutritional Status for Adults 20-39</i>	Untuk mengetahui hubungan antara aktivitas fisik dan gaya hidup yang tidak banyak bergerak dengan status gizi orang dewasa	Observasional analitik dengan desain <i>Cross Sectional</i>	380 orang	Hubungan aktivitas fisik dengan status gizi dengan nilai probabilitas Sig = 0,002. Hubungan antara <i>sedentarily</i> dan status gizi dengan nilai probabilitas Sig = 0,000. Hal ini	Ada hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dan gaya hidup sedentary dengan status gizi dewasa di Kota Malang

No.	Peneliti	Judul Penelitian	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Subjek Penelitian	Hasil Penelitian	Kesimpulan
		<i>years old in Malang</i>	berdasarkan Indeks Massa Tubub (IMT)			menunjukkan bahwa aktivitas fisik dan <i>sedentarily</i> memiliki hubungan yang signifikan dengan status gizi orang dewasa.	
8.	(Azis, <i>et al.</i> , 2022)	Aktivitas Fisik Dapat Menentukan Status Gizi Mahasiswa	untuk menentukan hubungan antara aktivitas fisik dengan status gizi	Metode Penelitian yang digunakan merupakan metode kuantitatif dengan desain penelitian cross sectional	58 orang	Berdasarkan hasil penelitian, diketahui variabel status gizi antara lain berstatus gizi normal yaitu sebanyak 42 orang (72,4%) dan pada kategori tidak normal sebanyak 16 orang (27,6%) dan untuk	Tidak ada hubungan antara aktivitas fisik dengan status gizi

No.	Peneliti	Judul Penelitian	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Subjek Penelitian	Hasil Penelitian	Kesimpulan
						<p>variabel aktivitas fisik antara lain aktivitas fisik Ringan yaitu 41 orang (70,7%) dan pada kategori aktivitas berat sebanyak 17 orang (29,3%). Untuk uji analisis bivariat yang digunakan adalah uji chi square diperoleh nilai p-value 0,398 (<math>&gt; 0.05</math>) artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara</p>	



No.	Peneliti	Judul Penelitian	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Subjek Penelitian	Hasil Penelitian	Kesimpulan
						aktivitas fisik dengan status gizi	
9.	(Valentina Millenia & Kurniawan, 2022)	Hubungan antara Cintra Tubuh dengan Sikap Perempuan terhadap Perilaku Diet	Untuk mengetahui hubungan antara citra tubuh dengan sikap perempuan terhadap perilaku diet	Metode survei dengan penelitian kuantitatif eksplanatori	198 orang	Terdapat korelasi positif antara citra tubuh dengan sikap perempuan terhadap perilaku diet sebesar 0,196 ( $\rho$ (198) =0,196; $p=0,006$ )	Citra tubuh memiliki hubungan dengan sikap perempuan perilaku diet. Dengan hasil koefisien korelasi pada penelitian ini menunjukkan adanya hubungan positif, dimana semakin tinggi sikap terhadap perilaku diet yang akan dialami

No.	Peneliti	Judul Penelitian	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Subjek Penelitian	Hasil Penelitian	Kesimpulan
10.	(Maya <i>et al.</i> , 2022)	Body Image Perception and Its Relationship with Adolescents Nutritional Status in Pekanbaru City during the Covid-19 Pandemic	Untuk mengetahui hubungan persepsi citra tubuh dengan status gizi remaja di Kota Pekanbaru selama pandemi Covid-19.	Deskriptif analitik dengan desain <i>Cross Sectional</i>	194 orang	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi citra tubuh dengan status gizi remaja di Kota Pekanbaru selama pandemic Covid-19 ( $p = 0,000$ ; $r = 0,069$ )	Ada hubungan antara persepsi citra tubuh dan status gizi remaja di Kota Pekanbaru di tengah pandemic Covid-19. Ketidakpuasan terhadap citra tubuh membuat remaja memiliki pikiran negated yang kemudian berdampak pada status gizi yang tidak normal