

SKRIPSI

**HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN *HEALTHY EATING* PADA
ANAK USIA SEKOLAH DI PANTI ASUHAN AISIYAH**

MUHAMMADIYAH SURABAYA

Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)
Pada Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surabaya



DISUSUN OLEH :
MELLANY DWI FITRYA
NIM.20221660067

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA**

2026

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Mellany Dwi Fitrya
NIM : 20221660067
Program Studi : S1 Keperawatan
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Judul Skripsi : Hubungan *Body Image* Dengan *Healthy Eating* Pada
Anak Usia Sekolah Di Panti Asuhan Aisiyah
Muhammadiyah Surabaya

Menyatakan bahwa skripsi yang saya tulis merupakan hasil karya sendiri bukan hasil plagiasi, baik secara sebagian maupun keseluruhan. Apa bila di kemudian hari terbukti plagiasi, maka saya bersedia menerima sangsi akademik sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Muhammadiyah Surabaya.

Surabaya 04 Agustus 2026



Yang Menyatakan

Mellany Dwi Fitrya

20221660077

PERSETUJUAN

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui isi serta susunannya, sehingga dapat diajukan dalam ujian sidang Skripsi pada Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya.

Surabaya, 04 agustus 2026

Menyetujui,

Pembimbing I

Pembimbing II



Gita Marini, S.Kep., Ns., M.Kes



Reliani, S.Kep., Ns., M.Kes

Mengetahui
Ketua Program Studi



Erfan Rofiqi, S.Kep., Ns., M.Kep

PENGESAHAN

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan tim penguji Ujian Skripsi pada hari/tanggal; Selasa, 04 Agustus 2026 oleh mahasiswa atas nama Mellany Dwi Fitrya, NIM. 20221660067 Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya.

TIM PENGUJI

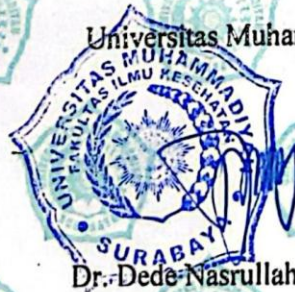
Ketua : Prof. Dr. Pipit Festi Wiliyanarti, S.KM., M.Kes. (.....)

Anggota 1 : Gita Marini, S.Kep., Ns., M.Kes (.....)

Anggota 2 : Reliani, S.Kep., Ns., M.Kes (.....)

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surabaya



Dr. Dede Nasrullah, S.Kep., Ns., M.Kep

ABSTRAK

HUBUNGAN BODY IMAGE DENGAN HEALTHY EATING PADA ANAK USIA SEKOLAH DI PANTI ASUHAN AISIYAH MUHAMMADIYAH SURABAYA

Oleh : Mellany Dwi Fitrya

Program studi S1 Keperawatan

Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Surabaya

Pendahuluan: Anak usia sekolah yang tinggal di panti asuhan merupakan kelompok rentan terhadap permasalahan perilaku makan. Pembentukan pola makan sehat (*healthy eating*) pada anak tidak hanya dipengaruhi oleh ketersediaan pangan di lingkungan panti, melainkan juga oleh faktor psikologis seperti persepsi terhadap bentuk dan ukuran tubuh (*body image*). Persepsi tubuh yang negatif berisiko memicu perilaku makan yang tidak seimbang. **Tujuan:** Menganalisis hubungan antara *body image* dengan *healthy eating* pada anak usia sekolah di Panti Asuhan Aisyiyah Muhammadiyah Surabaya. **Metode:** Penelitian kuantitatif analitik ini menggunakan pendekatan *cross-sectional*. Populasi penelitian adalah anak usia sekolah (9–12 tahun) di 6 Panti Asuhan Muhammadiyah/Aisyiyah Surabaya. Sampel berjumlah 75 anak yang diambil menggunakan teknik *cluster sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner *Body Shape Questionnaire* (BSQ-34) untuk *body image* dan *Food Frequency Questionnaire* (FFQ) untuk *healthy eating*. Analisis data menggunakan uji korelasi *Spearman Rank* nilai signifikan <0.05 . **hasil dan pembahasan:** penelitian menunjukkan responden yang mengalami gangguan *body image* berat sebanyak 5 anak (6,7%), gangguan sedang 31 anak (41,3%), gangguan ringan 23 anak (30,7%), dan *body image* positif sebanyak 8 anak (10,7%). Perilaku *healthy eating* responden mayoritas berada pada kategori kurang yaitu sebanyak 39 anak (52,0%) dan kategori baik sebanyak 36 anak (48,0%). Hasil uji korelasi *Spearman Rank* menghasilkan nilai $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$) dengan koefisien korelasi $r = 0,501$. **Kesimpulan:** Terdapat hubungan yang signifikan dengan tingkat kekuatan sedang antara *body image* dengan *healthy eating* pada anak usia sekolah di Panti Asuhan Aisyiyah Muhammadiyah Surabaya. Pengelola panti asuhan dan perawat komunitas diharapkan dapat mengintegrasikan edukasi gizi seimbang serta pendampingan psikologis guna membentuk *body image* positif dan pola makan sehat pada anak.

Kata kunci : *Body Image*, *Healthy Eating*, Anak Usia Sekolah, Panti Asuhan.

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN BODY IMAGE AND HEALTHY EATING AMONG SCHOOL AGE CHILDREN AT AISYIYAH MUHAMMADIYAH ORPHANAGE SURABAYA

By: Mellany Dwi Fitrya

Bachelor of Nursing Study Program

Faculty of Health Sciences

Universitas Muhammadiyah Surabaya

Introduction: School-age children living in orphanages represent a group vulnerable to eating behavior issues. The formation of healthy eating habits in children is influenced not only by food availability within the orphanage environment, but also by psychological factors such as the perception of body shape and size (body image). A negative body image risks triggering unbalanced eating behaviors. **Objective:** To analyze the relationship between body image and healthy eating among school-age children at Aisyiyah Muhammadiyah Orphanage Surabaya. **Methods:** This analytical quantitative study utilized a cross-sectional approach. The study population consisted of school-age children (9–12 years) across Muhammadiyah/Aisyiyah Orphanages in Surabaya. A sample of 75 children was selected using a cluster sampling technique. Data were collected using the Body Shape Questionnaire (BSQ-34) for body image and the Food Frequency Questionnaire (FFQ) for healthy eating. Data analysis was performed using the Spearman Rank correlation test with a significance level of $p < 0.05$. **Results and Discussion:** The findings showed that 5 respondents experienced severe body image dissatisfaction (6.7%), followed by moderate dissatisfaction (31 children, 41.3%), mild dissatisfaction (23 children, 30.7%), and a positive body image (8 children, 10.7%). The majority of respondents demonstrated a poor category of healthy eating behaviors (39 children, 52.0%), while 36 children (48.0%) fell into the good category. The Spearman Rank correlation test yielded a $p\text{-value} = 0.000$ ($p < 0.05$) with a moderate correlation coefficient of $r = 0.501$. **Conclusion:** There is a statistically significant relationship with a moderate correlation between body image and healthy eating among school-age children at Aisyiyah Muhammadiyah Orphanage Surabaya. Orphanage administrators and community nurses are expected to integrate balanced nutrition education along with psychological support to foster a positive body image and healthy eating habits in children.

Keywords: Body Image, Healthy Eating, School-Age Children, Orphanag

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian ini dengan judul “Hubungan Body Image Dengan Healthy Eating Pada Anak Usia Sekolah Di Panti Asuhan Aisiyah Muhammadiyah Surabaya”. Skripsi ini adalah salah satu syarat dalam menyelesaikan program studi S1 Keperawatan di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya.

Dalam menyusun skripsi ini peneliti menyadari banyak kekurangan sehingga jauh dari kata sempurna, peneliti mengharapkan kritikan dan saran yang dapat dijadikan lebih baik kedepannya.

Demikian yang dapat peneliti sampaikan sebagai pengantar, semoga dapat bermanfaat bagi pembaca khususnya dalam bidang keperawatan.

Surabaya 10 agustus 2026

Mellany Dwi Fitrya

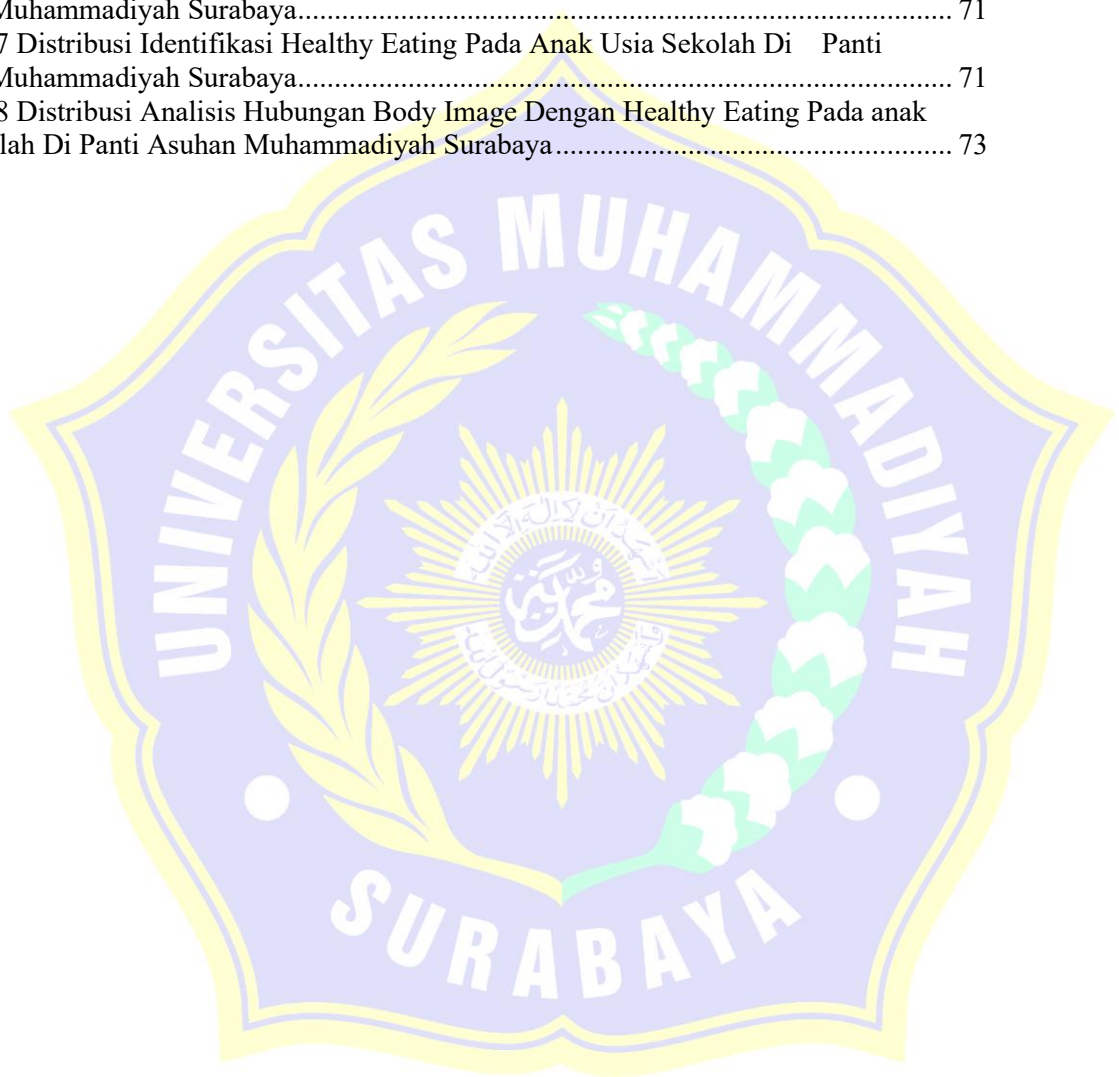
DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	I
SURAT PERNYATAAN	II
PERSETUJUAN	III
PENGESAHAN	IV
ABSTRAK.....	V
ABSTRACT	XI
DAFTAR ISI.....	XI
DAFTAR TABEL	XIV
DAFTAR GAMBAR.....	XV
DAFTAR LAMPIRAN	XVI
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	8
1.3 Tujuan Penelitian.....	8
1.3.1 Tujuan umum	8
1.3.2 Tujuan khusus	8
1.4 Manfaat Penelitian	9
1.4.1 Manfaat Teoritis	9
1.4.2. Manfaat praktis	9
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	11
2.1 Konsep <i>Healthy Eating</i> Pada Anak Usia Sekolah.....	11
2.1.1 Pengertian <i>Healthy Eating</i>	11
2.1.2 Faktor- faktor Yang Mempengaruhi Pola Makan	11
2.2 Konsep <i>Body Image</i>	31
2.2.1 Pengertian <i>Body Image</i>	31
2.2.2 Faktor – faktor Yang mempengaruhi	31
2.2.3 Aspek <i>Body Image</i>	34
2.2.4 Dampak <i>Body Image</i>	34
2.3 Konsep Anak Sekolah.....	38
2.3.1 Pengertian Usia Anak Sekolah.....	38
2.3.2 Tumbuh Kembang Anak Usia Sekolah	39
2.3.3 Perkembangan Anak Usia Sekolah	41
2.5 Kerangka konsep	45
2.6 Hipotesis penelitian.....	47
BAB 3 METODE PENELITIAN	48
3.1 Desain Penelitian.....	48
3.2 Kerangka kerja	49
3.3 Populasi Sampel dan Sampling.....	50
3.3.1 Populasi.....	50
3.3.2 Sampel.....	50
3.3.3 Teknik Sampling	52
3.4 Variabel Penelitian dan Definisi Oprasional	55
3.4.1 Variabel Independen.....	55
3.4.2 Variabel Dependen	55
3.4.3 Variabel Oprasional	56
3.5 Pengumpulan dan Pengolahan Data.....	57

3.5.1	Intrumen.....	57
3.5.2	Teknik Pengumpulan Data	60
3.5.3	Lokasi penelitian	61
3.5.4	Teknik Analisi Data	62
3.5.5	Pengolahan data	63
3.6	Etika Penelitian	65
3.6.1	Informed Consent	65
3.6.2	Anonymity	65
3.6.3	Confidentiality.....	65
3.6.4	Beneficence dan Non Beneficence.....	66
3.6.5	Justice.....	66
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....		67
4.1	Hasil Penelitian.....	67
4.1.1	Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	67
4.1.2	Data Umum.....	68
4.1.3	Data Khusus.....	71
4.2	Pembahasan	74
4.2.1	Identifikasi <i>Body Image</i> Pada Anak Usia Sekolah Di Panti Asuhan a Aisiyah Muhammadiyah Surabaya.....	74
4.2.2	Identifikasi <i>Healthy Eating</i> Pada Anak Usia Sekolah Di Panti Asuhan Muhammadiyah Surabaya.....	78
4.2.3	Analisis Hubungan <i>Body Image</i> Dengan <i>Healthy Eating</i> Pada anak usia sekolah Di Panti Asuhan Muhammadiyah Surabaya	84
BAB V PENUTUP		91
5.1	Kesimpulan	91
5.2	Saran	91
DAFTAR PUSTAKA.....		94

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Rumus Indeks Masa Tubuh(IMT)	13
Tabel 2. 2 Kategori Indeks Massa Tubuh (IMT).....	13
Tabel 3. 1 Definisi Oprasional Hubungan <i>Body Image</i> dengan <i>Healthy Eating</i> pada Anak Usia Sekolah diPanti asuhan Aisiyah Muhammadiyah Surabaya.....	56
Tabel 4. 1 Distribusi Responden Berdasarkan Usia	68
Tabel 4. 2 Distribusi Responden Jenis Kelamin.....	68
Tabel 4. 3 Distribusi Responden Berat Badan	69
Tabel 4. 4 Distribusi Responden Tinggi Badan	69
Tabel 4. 5 Distribuis Responden Lama Tinggal Di Panti.....	70
Tabel 4. 6 Distribusi Identifikasi Body Image Pada Anak Usia Sekolah Di Panti Asuhan Muhammadiyah Surabaya.....	71
Tabel 4. 7 Distribusi Identifikasi Healthy Eating Pada Anak Usia Sekolah Di Panti Asuhan Muhammadiyah Surabaya.....	71
Tabel 4. 8 Distribusi Analisis Hubungan Body Image Dengan Healthy Eating Pada anak usia sekolah Di Panti Asuhan Muhammadiyah Surabaya.....	73



DAFTAR GAMBAR

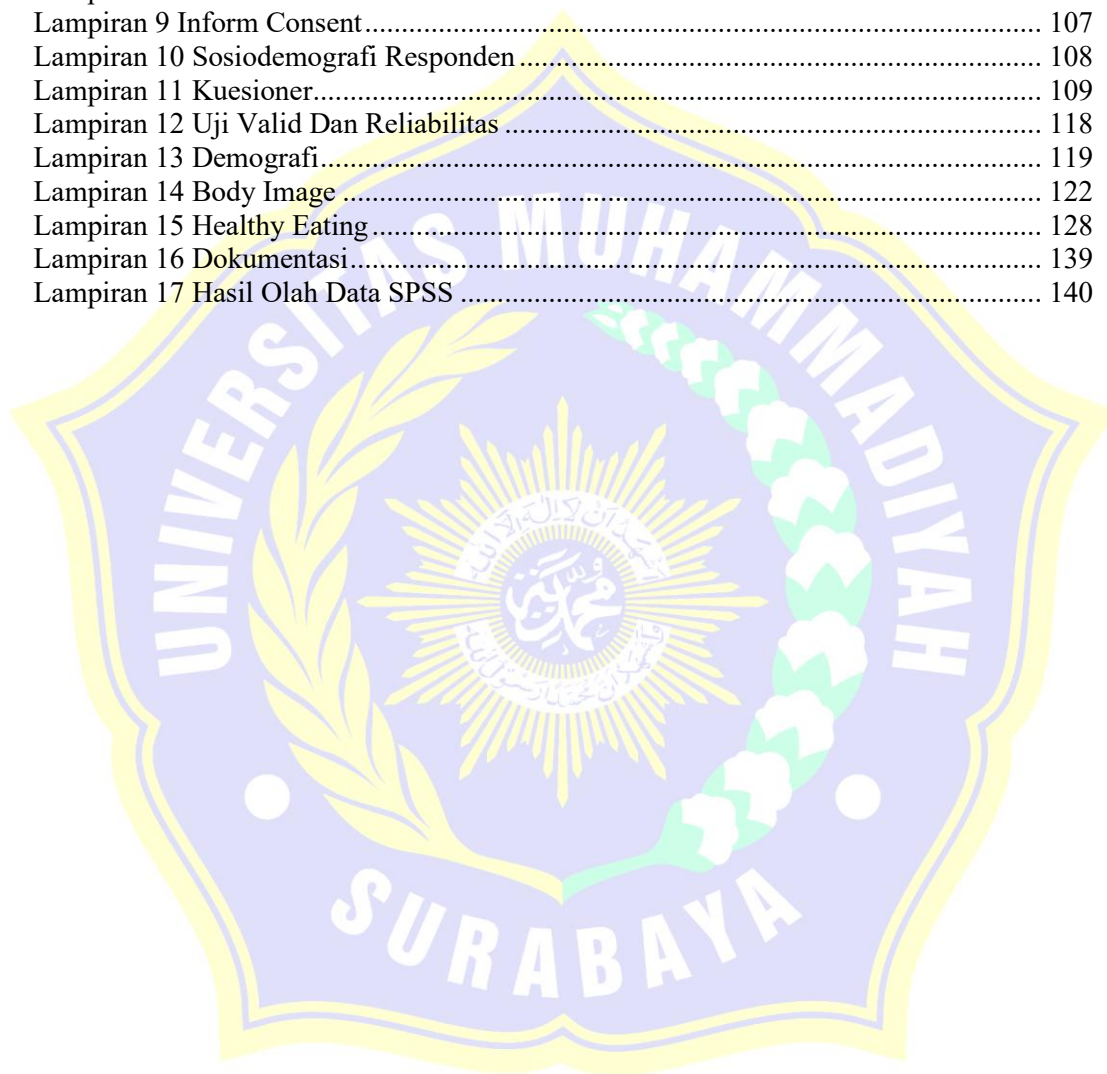
Gambar 2. 1 kerangka konsep penelitian hubungan body image dengan healthy eating pada usia anak sekolah panti asuhan aisiyah muhammadiyah surabaya 45

Gambar 3. 1 Kerangka Kerja Penelitian Hubungan Body Image dengan Healthy Eating Pada Anak Usia Sekolah di Panti Asuhan Muhammadiyah Surabaya.....49



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat izin pengambilan data awal.....	99
Lampiran 2 Surat Izin Penelitian LKSA panti Bayi Muhammadiyah Medok Ayu	100
Lampiran 3 Surat Izin Penelitian LKSA Muhammadiyah Yai Walidah.....	101
Lampiran 4 Surat Izin Penelitian LKSA Muhammadiyah Kenjeran	102
Lampiran 5 Surat Izin Penelitian LKSA Panti Asuhan Putri' Aisiyyah II kota Surabaya kebonsari.....	103
Lampiran 6 Surat izin penelitian LKSA Muhammadiyah Pakis.....	104
Lampiran 7 Surat Izin Penelitian Panti Asuhan Putri'Aisiyyah Cabang Wiyung	105
Lampiran 8 Kode Etik.....	106
Lampiran 9 Inform Consent.....	107
Lampiran 10 Sosiodemografi Responden.....	108
Lampiran 11 Kuesioner.....	109
Lampiran 12 Uji Valid Dan Reliabilitas	118
Lampiran 13 Demografi.....	119
Lampiran 14 Body Image	122
Lampiran 15 Healthy Eating.....	128
Lampiran 16 Dokumentasi.....	139
Lampiran 17 Hasil Olah Data SPSS	140



DAFTAR PUSTAKA

- Afriyani Rahmawati, A., Fitriani, S., &, & Kurniasari, R. (2020). Peran Orang Tua dalam Pemilihan Makanan Sehat dan Kaitannya dengan Kebiasaan Jajan Anak Usia Sekolah. *Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 12(2), 115-124.
- Ahmad, & Rohaiza, S. (2024). *Nutrition education and its relationship to body image and food intake in Asian young and adolescents : a systematic review. March*. <https://doi.org/10.3389/fnut.2024.1287237>
- Almatsier.S. (2020). *prinsip dasar ilmu gizi*. Gramedia Pustaka Utama.
- Aparicio-Martínez, P., et al. (2023). Body image, emotional state, and eating habits in children and adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(3), 245. <https://doi.org/10.3390/ijerph20032451>.
- Asmin, E., Hidayat, R., &, & Sari, D. (2021). Pola makan dan status gizi remaja. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 16(2), 134. <https://journal.fkm.ui.ac.id/kesmas>.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2020). *Studi Status Gizi Balita di Indonesia (SSGBI) Tahun 2019*.
- Caputo, V. (2020). Food choice: The psychology of eating. *Foods. Journal of Food Research*, 9(4), 1–15. <https://doi.org/10.3390/foods9020234>.
- Cash, T. F., & Pruzinsky, T. (2002). *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice*. <https://www.guilford.com/books/Body-Image/Cash-Pruzinsky/9781572306971>.
- Cooper, P. J. ., Taylor, M. J. ., Cooper, Z. ., & Fairburn, C. G. (1987). The development and validation of the Body Shape Questionnaire. *International Journal of Eating Disorders*, 6(4), 485–494. [https://doi.org/10.1002/1098-108X\(198707\)6:4](https://doi.org/10.1002/1098-108X(198707)6:4)
- Dahlan, & Sopiudin, M. (2014). *Statistik untuk Kedokteran dan Kesehatan* (3rd ed.). Epidemiologi Indonesia.
- Dittmar, H., Halliwell, E., &, & Ive, S. (2020). Does Barbie Make Girls Want to Be Thin? The Effect of Experimental Exposure to Images of Models on the Body Image of 5- to 8-Year-Old Girls. *Developmental Psychology*, 42(2), 283–292. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.42>
- Feraco, T. ., Casali, N. ., & Meneghetti, C. (2024). Beyond nutrients: The role of dietary habits and physical activity in predicting academic achievement and cognitive functions in school-aged children. *Journal of School Health*, 94(2), 115–124.
- Garutti, M., Pellegrini, C., &, & Mazzeo, R. (2024). The Role of Ghrelin and Leptin in Physiological Regulation of Food Intake and Body Weight. *Journal of Endocrinology and Metabolism*, 14(2), 88–97.
- Grogan, S. (2021a). *Body image: Understanding body dissatisfaction in men, women, and children* (4th ed.). Routledge.

- Grogan, S. (2021b). *Body Image: Understanding Body Dissatisfaction in Men, Women and Children*. Routledge.
- Hamzah, S. R. ., Badi'ah, A. ., & Setyawati, V. A. V. (2020). *Gizi dan Kesehatan Balita serta Anak Sekolah*. Deepublish.
- Handhini, D., Kusuma, W., &, & Saputra, A. (n.d.). Konsep Diri Positif dan Kaitannya dengan Perilaku Makan Adaptif pada Remaja. *Jurnal Psikologi Kesehatan*, 10(1), 50–62.
- Hidayat, & Alimul, A. A. (2017). *Metodologi Penelitian Keperawatan dan Kesehatan*. Salemba Medika.
- Indah Permatasari, A., Kusuma, H., &, & Wijaya, S. (2023). Karakteristik dan Kematangan Anak dalam Memasuki Masa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 11(3), 145–156.
- James, K. A. (2019). *Body image and psychological well-being in school-aged children*. Academic Press.
- kartikayuni, N. P. E., Lestari, P., & Artawan, I. M. (2021). Persepsi Citra Tubuh dan Kaitannya dengan Perilaku Makan pada Anak. *Jurnal Kesehatan Anak Indonesia*, 4(2), 85-92.
- Kawatu, N., & Purba, R. B. (2022). *Gizi pada Anak Usia Sekolah: Tantangan dan Implementasi*. Gramedia Pustaka Utama.
- Kementerian Kesehatan RI. (2024). *Laporan Nasional Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023*.
- kementerian Kesehatan RI. (2016). *Pedoman Pelaksanaan Stimulasi, Deteksi dan Intervensi Dini Tumbuh Kembang Anak (SDIDTK)*.
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak*.
- Kementerian Kesehatan RI. (2023). *Laporan Nasional Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023*. Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan.
- Khomsan, & Ali. (2021). *Teknik Penilaian Gizi Masyarakat*. IPB Press.
- Kusuma, A., & Rahayu, S. (2021). Pola Pengasuhan dan Pemenuhan Gizi Anak di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA). *Jurnal Gizi Dan Keluarga*, 6(1), 12-20.
- Levitsky, D. A., Pace, G. W., &, & Younes, M. (2022). Physiological Bases of Hunger and Satiety: A Review of Human Eating Behavior. *American Journal of Clinical Nutrition*, 115(3), 745–758.
- Liya Putri, A., Hasanah, M., &, & Zulfikar, R. (2025). Faktor Internal dan Eksternal yang Mempengaruhi Pola Makan Anak Usia Sekolah. *Jurnal Gizi Dasar*, 8(1), 15-28.

- Majelis Pembinaan Sosial Kesejahteraan Pusat. (2018). *Standar Nasional Pengasuhan Anak (SNPA) Muhammadiyah-Aisyiyah*. MPKS PP Muhammadiyah.
- Malasari, S. . ', Kurnia, S. D. ., & Lukman, M. (2020). Hubungan citra tubuh dengan perilaku makan pada remaja. *Urnal Keperawatan Muhammadiyah*, 17(1).
- Mansur, H. (2018). *Psikologi Ibu dan Anak untuk Kebidanan*. Salemba Medika.
- Marini, G., Rahayu, S., & Ningsih, F. (2025). Peran Pengasuh dalam
- Pembentukan Kebiasaan Makan Anak di Institusi Panti Asuhan. *Jurnal Keperawatan Anak*, 9(1), 77–89.
- McLean, S. A., & Paxton, S. J. (2022). Body image in the context of social media, dietary habits, and physical development in early adolescence. *Annual Review of Clinical Psychology*, 18, 455–481. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-072720-020143>.
- Muhimah, N., & Farapti, F. (2023). Ketersediaan Pangan di Lingkungan Sekolah dan Risiko Obesitas pada Anak. . . *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 19(4), 160–172. <https://doi.org/10.22146/ijcn.79250>
- Musaddik, M., Rahman, A., & Lestari, D. (2022). Status Sosial Ekonomi dan Akses Pangan Bergizi pada Keluarga di Perkotaan. *Jurnal Ekonomi Kesehatan*
- Najmah. (2022). *Epidemiologi untuk Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*. RajaGrafindo Persada.
- Nursalam. (2016). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis* (4th ed.). Salemba Medika.
- Nurwulan, R., Setiawan, I., & Handayani, D. (2023). Pengaruh Media Sosial terhadap Kepuasan Citra Tubuh pada Dewasa Muda. *Pengaruh Media Sosial Terhadap Kepuasan Citra Tubuh Pada Dewasa Muda.*, 5(2), 110–122.
- Of, J., & Science, N. (2022). *Journal of nutritional science*. 1–6. <https://doi.org/10.1017/jns.2022.10>
- Özen, A. E., Bibiloni, M. D., & Tur, J. A. (2023). The Role of Early Food Experiences in Shaping Long-term Dietary Patterns. *Nutrients Journal*, 15(5), 1120–1135. <https://doi.org/10.3390/nu15051120>
- Papalia, D. E.; Martorell, G. (2021). *Experience human development* (14th ed.). McGraw-Hill Education.
- Papalia, D. E. ., Martorell, G. ., & Feldman, R. D. (2015). *Experience human development* (13th ed.). McGraw-Hill Education.
- Permatasari, I., Ritanti, R., & Tatiana, Y. (2023). Kebutuhan Biologis dan Faktor Lingkungan pada Masalah Gizi Anak Sekolah. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 11(2), 201–215.

- Prakoso, S., D., Adi, A. C., &, & Lailogo, M. (2021). Hubungan antara Kebiasaan Sarapan dan Kualitas Diet dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar. *Media Gizi Indonesia*, 16(1), 78–86. <https://doi.org/10.20473/mgi.v16i1.78-86>
- Pratama, A., & Hartono, R. (2025). Pengaruh Media Sosial terhadap Pilihan Makanan Cepat Saji pada Anak Sekolah Dasar di Indonesia. *Jurnal Komunikasi Dan Kesehatan*, 7(1), 18–29.
- Pratiwi, W. M. ., Setyowati, H. ., & Dhanti, K. R. (2021). *Buku Ajar Keperawatan Anak: Pertumbuhan dan Perkembangan*. Penerbit NEM.
- Pri Andini, R., Maheswari, P., &, & Nugroho, A. (2025). Indeks Massa Tubuh (IMT) sebagai Indikator Dampak Pola Makan pada Anak. *Jurnal Gizi Masyarakat*, 9(1), 5–14. <https://doi.org/10.20473/jgm.v9i1.5-14>
- Puspitasari, D., Irawan, R., &, & Sartika, R. (2023). Prevalensi Ketidakpuasan Citra Tubuh pada Anak Usia Sekolah di Wilayah Perkotaan Indonesia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 18(2), 77–85. <https://doi.org/10.14710/jkli.v18i2>.
- Putri, A. K., Rahmah, S., &, & Zahra, F. (2020). Konstruk Psikologis Body Image: Dinamika Internal dan Eksternal pada Individu. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 8(1), 45–56. <https://doi.org/10.22219/jipt.v8i1.10230>
- Rachman, A., Sari, D., &, & Utami, T. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pembentukan Citra Tubuh Negatif: Sebuah Tinjauan Literatur. *Jurnal Kesehatan Dan Psikologi*, 4(3), 210–222.
- Rahmah, A., Fitria, L., &, & Safitri, D. (2025). Tingkat Pendidikan Ibu dan Pola Pemberian Makan Berdasarkan Pedoman Gizi Seimbang. *Jurnal Edukasi Kesehatan*, 12(1), 134–146.
- Rahmawati, S., , Santoso, B., &, & Lestari, Y. (2021). Interaksi Pengetahuan Gizi dan Lingkungan Sosial dalam Pemilihan Makanan Sehat. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 16(2), 85–94. <https://doi.org/10.25182/jgp.2021.16.2.85-94>
- Richa, S., &, & Shafrina, A. A. (2025). Analisis Pengetahuan Pengelola dan Kualitas Siklus Menu di Panti Asuhan: Sebuah Studi Observasional di Lingkungan Perkotaan. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 14(1), 12–23. <https://doi.org/10.14710/jgi.14.1.12-23>
- Robinson, E., & Sharps, M. (2017). Perceived Eating Norms and Food Choices: An Informational Social Influence. *Appetite Journal*, 113, 236–246. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2017.02.032>
- Salsabila, H., Hidayanti, L., &, & Listyawardhani, Y. (2025). Perbedaan Akses Pangan dan Kualitas Pola Makan Anak di Wilayah Perkotaan dan Pedesaan. *Jurnal Kesehatan Lingkungan*, 17(1), 56–68.
- Santrock. (2021). *Child development* (15th ed.). McGraw-Hill Education.

- Sari, M., & Nuryanto, N. (2022). Variasi Menu dan Asupan Zat Gizi Makro pada Anak di Panti Asuhan. *Journal of Nutrition College*, 11(3), 215–224.
- Sari, P. K., & Syam, A. (2018). Hubungan Citra Tubuh dengan Pola Makan pada Remaja dan Anak di Jakarta. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 13(1), 45–52.
- Sari, P. K., Ramdhani, N., & Utami, R. (2023). Pengetahuan Gizi dan Kesadaran Memilih Makanan pada Remaja. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 19(2), 80–89. <https://doi.org/10.22146/ijcn.75620>
- Smolak. (2011). Body image development in childhood. In L. Cash, T. F.; Smolak (Ed.), *Body image: A handbook of science, practice, and prevention* (2nd ed., pp. 67–75). Guilford Press.
- Sobal, J., & Bisogni, C. A. (2021). Constructing Food Choice Decisions: Psychological and Social Meanings of Eating. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 53(4), 310–322. <https://doi.org/10.1016/j.jneb.2020.12.012>
- Sriardiana, F. (2022). *Faktor Dominan Yang Mempengaruhi Pola Makan Anak Usia Sekolah Dengan Pendekatan Teori Dorothea Orem Di Panti Asuhan Muhammadiyah Surabaya [Skripsi, Universitas Muhammadiyah Surabaya]*. Universitas Muhammadiyah Surabaya.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (2 edisi 2). Alfabeta.
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (3rd ed.). Alfabeta.
- Suraya, S., Handayani, R., & Mulyati, S. (2024). Analisis Jadwal Makan dan Frekuensi Konsumsi Pangan pada Siswa Sekolah Dasar di Indonesia. *Jurnal Gizi Indonesia*, 13(1), 22–35. <https://doi.org/10.14710/jgi.13.1.22-3>
- Tatar, A. (2025). Correlation Between Body Mass Index (BMI) and Body Image Perception Among School-Aged Children. *International Journal of Child Development*, 17(1), 10–19.
- Tomova, A., Georgiev, S., & Petrova, N. (2024). Work Schedules and Nutritional Habits: The Impact of Shift Work on Food Choice. *Occupational Medicine Journal*, 73(3), 185–194. <https://doi.org/10.1093/occmed/kqad135>
- UNICEF Indonesia. (2022). *Memastikan nutrisi dan kesehatan yang baik bagi setiap anak di Indonesia*. <https://www.unicef.org/indonesia/id/repro-kesehatan-gizi>
- Utami, R. D., Hidayah, N., & Sari, P. K. (2022). Risiko Pola Makan Tidak Seimbang pada Anak dengan Citra Tubuh Negatif. *Jurnal Kesehatan*

- Verstraeten, R., Lachat, C., &, & Kolsteren, P. (2022). Individual Experiences and Negative Feedback: The Risk of Disordered Eating in Children. *Journal of Pediatric Psychology*, 47(4), 412–425. <https://doi.org/10.1093/jpepsy/jsab118>
- Wicaksono, A., Kurniawan, D., &, & Rahayu, S. (2024). Paparan Iklan YouTube dan Preferensi Makanan Tinggi Gula pada Anak Indonesia. *Jurnal Gizi Anak*, 6(2), 70–82.
- Widajanti, L. (2014). *Survei Konsumsi Gizi*. Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Widianti, E., Herliana, I., &, & Senjaya, S. (2020). Persepsi Citra Tubuh pada Anak Usia Sekolah di Daerah Istimewa Yogyakarta. *Jurnal Riset Keperawatan*, 7(2), 140–148. <https://doi.org/https://doi.org/10.32668/jrk.v7i2.416>
- Willett, & C., W. (2013). *Nutritional epidemiology* (3rd ed.). Oxford University Press.
- World Health Organization. (2020). *WHO Guidelines on physical activity and sedentary behaviour*. World Health Organization.
- Wulandari, S., & Sulistiani, W. (2021). Dampak Body Image terhadap Kesejahteraan Psikologis dan Harga Diri Remaja. *Jurnal Kesehatan Mental Indonesia*, 6(2), 112–125.
- Wulandari, R. (2022). Perilaku Kesehatan dan Status Gizi Remaja: Sebuah Tinjauan Klinis. *Jurnal Kesehatan Remaja*, 4(1), 55–64. <https://doi.org/https://doi.org/10.32668/jrk.v7i2.4>
- Wulandari, S., Sari, K., &, & Nugroho, F. (2024). Body Image Negatif dan Perubahan Kebiasaan Makan pada Anak Usia Sekolah. *Jurnal Psikologi Anak Dan Remaja*, 7(2), 1