

PERUBAHAN MENTAL EMOSIONAL DENGAN *EATING DISORDER* PADA REMAJA USIA 13-17 TAHUN

MENTAL EMOTIONAL CHANGES WITH EATING DISORDERS IN ADOLESCENTS AGED 13-17 YEARS

Iva Milia Hani Rahmawati^{*1}, Inayatur Rosyidah², Zulvana³, Anin Wijayanti⁴

^{1,3}Program Studi S1 Keperawatan Stikes Pamenang Pare-Kediri;

^{2,4}Program Studi S1 Ilmu Keperawatan, Fakultas Kesehatan, ITSKEs Insan Cendekia Medika Jombang

e-mail: *miliarahma88@gmail.com

ABSTRAK

Eating disorder merupakan gangguan makan yang sering dialami oleh remaja. Sebagian besar remaja mengkonsumsi makanan tidak sehat menyebabkan pola makan terganggu. Masa remaja adalah masa peralihan dari anak menjadi dewasa, peralihan tersebut mencakup banyak aspek yaitu salah satunya mental emosional sehingga memicu perilaku makanan menyimpang dikenal dengan *eating disorder*. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan perubahan mental emosional dengan *eating disorder* pada remaja usia 13-17 tahun di Desa Tegalsari, Tulungrejo, Pare-Kediri. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain pendekatan *cross-sectional*. Populasi pada remaja mental emosional dengan *eating disorder* diambil dengan *simple random sampling* didapatkan sampel sebanyak 45 responden. Variabel independen pada penelitian ini adalah mental emosional yang diukur menggunakan kuesioner dan variabel dependen pada penelitian ini adalah *eating disorder* yang diukur menggunakan kuesioner dengan pengolahan data menggunakan analisis uji rank spearman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 45 responden terdapat sebagian besar mengalami mental emosional kategori buruk. dan terdapat sebagian besar *eating disorder* kategori buruk. berdasarkan uji *rank spearman* diperoleh nilai $p = 0,012$ maka H_1 diterima. Kesimpulan terdapat keeratan hubungan perubahan mental emosional dengan *eating disorder* pada remaja usia 13 – 17 tahun. Saran diharapkan remaja menjaga kesehatan mental dan pola makan yang baik agar tumbuh dan berkembang sesuai tahapan usianya.

Kata kunci : perubahan mental emosional, *eating disorder*, remaja

ABSTRACT

Eating disorders are eating disorders that are often experienced by adolescents. Most adolescents consume unhealthy foods causing disturbed eating patterns. Adolescence is a transition period from childhood to adulthood, the transition includes many aspects, one of which is emotional mentality, which triggers deviant eating behavior known as eating disorders. This study aims to analyze the relationship between emotional mental changes and eating disorders in adolescents aged 13-17 years in Tegalsari Village, Tulungrejo, Pare-Kediri. This

Article History:

Received: April 16, 2025; Revised: April 30, 2025; Accepted: May 5, 2025



type of research is quantitative with a cross-sectional approach design. The population of adolescents with emotional mentality and eating disorders was taken by simple random sampling, a sample of 45 respondents was obtained. The independent variable in this study is emotional mentality which is measured using a questionnaire and the dependent variable in this study is eating disorders which are measured using a questionnaire with data processing using the Spearman rank test analysis. The results showed that of the 45 respondents, most of them experienced bad emotional mentality, and most of them had eating disorders with bad categories. based on the Spearman rank test, the p value = 0.012 was obtained, so H1 was accepted. The conclusion is that there is a close relationship between emotional mental changes and eating disorders in adolescents aged 13-17 years. Suggestion It is hoped that teenagers can maintain good mental health and eating patterns so that they can grow and develop according to their age.

Keywords: emotional mental changes, eating disorders, teenager

PENDAHULUAN

Eating disorder merupakan gangguan makan yang sering dialami oleh remaja. Sebagian besar remaja mengkonsumsi makanan tidak sehat seperti makan cemilan buatan pabrik atau makanan bahan olahan lainnya, secara tidak langsung menyebabkan pola makan yang terganggu (Kemenkes RI, 2020). Gangguan makan atau eating disorder secara teratur dimulai dengan perilaku makan yang tidak dinginkan. Informasi berbeda muncul bahwa makan sembarangan lebih sering terjadi pada remaja putri dibanding pada remaja pria (Presidenta & Wahjun, 2018). Masa remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak ke masa dewasa, peralihan ini meliputi berbagai sudut, terutama biologis, kognitif serta salah satunya mental dan emosional. Gangguan mental emosional mengalami peningkatan setiap tahunnya dan menjadi ancaman serius bagi remaja (BKKBN, 2022). Sebagian besar remaja mengalami perubahan mental emosional sehingga memicu perilaku makanan menyimpang dikenal dengan *eating disorder*. Perilaku ini berpengaruh pada pola makan remaja yang tidak efektif (Qalbya et al., 2022). Data World Health Organization (WHO) tahun 2021, gangguan emosional yang sering dialami kelompok usia remaja umur 10-14 tahun berkisar 3,6% dan remaja umur 14-19 tahun berjumlah 4,6%. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas 2018), menunjukkan sebanyak 9,8% anak remaja mengalami gangguan mental emosional angka tersebut terus meningkat secara substansial dari tahun 2013 yang berjumlah 6,1%. Riskesdes Situasi Kesehatan Jiwa di Jawa timur pada tahun 2018, disebutkan bahwa dari keseluruhan 39.872.395 jiwa, ada 6,8% penderita gangguan mental emosional (GME) dengan rentang umur lebih dari 15 tahun atau sebanyak 1.897.926 orang.

Kekacauan makan atau *eating disorder* ditandai sebagai masalah pada pola makan yang diakibatkan oleh stres seseorang (Relationship et al., 2023). Berdasarkan penelitian, Umumnya, penderita *eating disorders* biasanya merasa dinomor duakan serta merasa tidak bisa dibandingkan dengan orang lain. Pola makan yang tidak teratur yang bisa menyebabkan gangguan makan dipengaruhi oleh Tingkat emosional. Mental emosional adalah beban yang di alami individu dalam menghadapi permintaan atau keinginan yang tidak sesuai dengan kapasitasnya, baik secara fisik ataupun mental (Relationship et al., 2023).

Article History:

Received: April 16, 2025; Revised: April 30, 2025; Accepted: May 5, 2025

Berdasarkan penelitian remaja yang pola makannya salah sering kali menyebabkan remaja mengalami masalah gangguan konsep diri dan pola makan yang salah dapat menyebabkan gangguan makan yang dipengaruhi oleh tingkat emosional (Aminah&Nugroho, 2020). Mental emosional ialah beban yang dialami individu dalam menghadapi permintaan atau keinginan yang tidak sesuai dengan kapasitasnya, baik secara fisik ataupun mental (Relationship et al., 2023). Salah satu perubahan perilaku pemilihan makanan yang berpengaruh kesejahteraan adalah akibat perubahan keinginan serta asupan makanan. Mayoritas orang yang tidak mempertimbangkan pola makan sehat sering melewatkkan makan malam, terutama sarapan, atau makan makanan cepat saji di luar rumah, yang berakibat buruk pada kesejahteraan, yang mengarah ke mental emosional berkepanjangan dan bisa mempengaruhi gangguan mental juga (Rohmah, 2022). Untuk mencapai suatu persoalan diatas Solusi yang dapat ditawarkan adalah pengelolaan atau manajemen stress diantaranya dengan memberikan edukasi sekaligus memberikan penyuluhan terkait pentingnya menjaga pola makan yang baik dan sehat.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif, dengan rancangan penelitian menggunakan desain analitik korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan mengukur hubungan antara dua atau lebih variabel tanpa ada upaya untuk memanipulasi variabel tersebut. Populasi pada penelitian ini adalah semua Remaja di Desa Tegalsari, Tulungrejo Pare-Kediri sebanyak 53 remaja. Teknik sampling yang digunakan adalah *simple random sampling* dengan cara meyeleksi secara acak sampel yang akan diambil.

Cara ini digunakan apabila anggota populasi dianggap homogen (relatif sama dalam karakteristik yang relevan dengan penelitian). Penetapan sampel dalam penelitian ini menggunakan rumus slovin dimana jumlah populasi akan dihitung menggunakan rumus, sehingga sampel berjumlah 45 responden. Teknik pengumpulan data untuk variable independent mental emosional menggunakan kuesioner SRQ sedangkan variable dependent *eating disorder* juga menggunakan kuesioner. Teknik Analisa data yang digunakan adalah uji statistik *Rho Spearman*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada hasil penelitian data terbagi menjadi dua diantaranya Data umum dan data khusus. Data umum pada penelitian ini adalah usia, Jenis kelamin, dan Pendidikan. Sedangkan data khusus pada penelitian ini adalah mental emosional, eating disorder dan hubungan mental emosional dengan eating disorder pada remaja usia 13-17 tahun. Penyajian data dimulai dari data umum dilanjutkan dengan data khusus.

Article History:

Received: April 16, 2025; Revised: April 30, 2025; Accepted: May 5, 2025



1. Karakteristik responden
 - a. Karakteristik responden berdasarkan usia

Tabel 1 distribusi responden berdasarkan usia responden di Desa Tegalsari, Tulungrejo Pare Kediri tahun 2025

No	Kelompok usia	Frekuensi	Presentase %
1.	13 – 14 tahun	16	35,5 %
2.	15 – 16 tahun	18	40 %
3.	17 tahun	12	26,6 %
Jumlah		45	100 %

(Sumber: Data primer, 2025)

Tabel 1 menunjukkan bahwa menunjukkan bahwa hampir setengah responden berusia 15 sampai 16 tahun yang berjumlah 18 remaja (40 %).

- b. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin

Tabel 2 distribusi responden berdasarkan jenis Kelamin responden di Desa Tegalsari, Tulungrejo Pare Kediri tahun 2025

No	Jenis kelamin	Frekuensi	Presentase %
1.	Laki – laki	19	42,2 %
2.	Perempuan	26	57,7 %
Jumlah		45	100 %

(Sumber: Data primer, 2025)

Tabel 2 menunjukkan bahwa menunjukkan bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sejumlah 26 orang (57,7%).

- c. Karakteristik responden berdasarkan pendidikan

Tabel 3 distribusi responden berdasarkan Pendidikan responden di Desa Tegalsari, Tulungrejo Pare Kediri tahun 2025

No	Pendidikan	Frekuensi	Presentase %
1.	SD	16	35,5 %
2.	SMP/MTS	0	0 %
3.	SMA/MA	29	64,5 %
4.	PT	0	0 %
Jumlah		45	100 %

(Sumber: Data primer, 2025)

Tabel 3 menunjukkan bahwa sebagian besar responden mempunyai pendidikan SMA/MA sejumlah 29 orang (64,5%).

2. Data khusus

Data khusus terdiri dari mental disorder, eating disorder, hubungan mental disorder dengan eating disorder pada remaja usia 13-17 tahun.

a. Karakteristik data frekuensi responden mental emosional

Tabel 4. Distribusi responden berdasarkan data mental emosional responden di Desa Tegalsari, Tulungrejo, Pare-Kediri

No	Mental emosional	Frekuensi	Presentase %
1.	Baik	16	35,5 %
2.	Buruk	29	64,5 %
	Jumlah	45	100 %

(Sumber: Data primer, 2025)

Tabel 4 menunjukkan bahwa menunjukkan bahwa sebagian besar responden sejumlah 29 responden (64,5%) di Desa Tegalsari Tulungrejo, Pare-Kediri mempunyai kondisi mental emosional buruk.

b. Karakteristik data frekuensi responden eating disorder

Tabel 5. Distribusi responden berdasarkan data eating disorder responden di Desa Tegalsari, Tulungrejo, Pare-Kediri

No	Eating disorder	Frekuensi	Presentase
1.	Baik	20	44,4 %
2.	Buruk	25	55,6 %
	Jumlah	45	100 %

(Sumber: Data primer, 2025)

Tabel 5 menunjukkan bahwa menunjukkan bahwa sebagian besar responden sejumlah 25 responden (55,6%) di Desa Tegalsari Tulungrejo, Pare-Kediri mempunyai kondisi eating disorder buruk.

c. Tabulasi silang antara Hubungan mental emosional dengan eating disorder

Tabel 6. Distribusi responden berdasarkan data mental emosional dengan eating disorder pada remaja 13-17 tahun di Desa Tegalsari, Tulungrejo, Pare-Kediri

No	Perubahan Mental emosional	Eating disorder					
		Baik	Buruk			Total	
		F	%	F	%	F	%
1.	Baik	12	26,6 %	4	6,6 %	16	35,5 %
2.	Buruk	13	28,8 %	17	37,7 %	29	64,5 %
	Total	25	55,4 %	20	44,4 %	45	100 %
	P value	0,012					

(Sumber: Data primer, 2025)

Tabel 6 diatas menunjukkan bahwa masalah mental emosional pada remaja usia 13-17 Tahun di Desa Tegalsari, Tulungrejo Pare-Kediri sebagian besar buruk sejumlah 29 responden (64,5%). Sedangkan untuk

Article History:

Received: April 16, 2025; Revised: April 30, 2025; Accepted: May 5, 2025



masalah eating disorder sebagian besar responden mengalami eating disorder buruk sejumlah 25 responden (55,4%). Hasil uji sperman diperoleh nilai $p = 0,012 < \alpha = 0,05$ maka H1 diterima yang berarti, terdapat hubungan perubahan mental emosional dengan eating disorder pada remaja usia 13 – 17 tahun di Desa Tegalsari, Tulungrejo, Pare-Kediri.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa perubahan mental emosional pada remaja sebagian besar responden mengalami perubahan mental emosional yang buruk. Perubahan mental emosional yang buruk ini berdasarkan penelitian remaja mengalami peningkatan intensitas emosi, fluktuasi suasana hati dan ansietas atau kecemasan.

Masa remaja merupakan periode perkembangan transisional yang ditandai dengan perubahan signifikan dalam aspek fisik, kognitif, sosial, dan emosional (Santrock, 2023). Perubahan mental emosional pada remaja seringkali melibatkan peningkatan intensitas emosi, fluktuasi suasana hati yang lebih sering, dan perkembangan kesadaran diri yang kompleks (Coleman & Hendry, 2022). Remaja mulai mengembangkan pemahaman yang lebih mendalam tentang diri mereka sendiri, orang lain, dan dunia di sekitar mereka, yang dapat memicu perasaan intens seperti kebahagiaan, kesedihan, kemarahan, dan kecemasan (Erikson, 1968 dalam Papalia et al., 2023). Selain itu, tekanan sosial dari teman sebaya, ekspektasi akademik, dan perubahan dalam hubungan keluarga dapat berkontribusi pada kerentanan emosional pada periode ini (Steinberg & Morris, 2024). Perkembangan identitas diri juga menjadi fokus utama, di mana remaja aktif mencari dan mengeksplorasi berbagai peran dan nilai, yang terkadang dapat menimbulkan kebingungan dan ketidakstabilan emosional (Marcia, 1980 dalam Santrock, 2023).

Menurut peneliti yang dapat mempengaruhi perubahan mental emosional yang buruk adalah usia yang didukung dari data hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir setengah responden memiliki tingkat usia 15 - 16 tahun yang selalu merasakan peningkatan intensitas emosi, fluktuasi suasana hati yang lebih sering, cemas, tegang dan khawatir, pada tahap usia tersebut biasanya lebih sulit mengontrol tingkat emosionalnya yang sangat kuat dan dapat menyebabkan mental emosional terganggu, gangguan ini juga dapat membuat remaja mengalami perubahan emosional secara aktif dan mengganggu aktivitas sehari-hari.

Hasil penelitian berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa *eating disorder* pada penelitian tersebut sebagian besar adalah buruk. Pada penelitian ini bentuk *eating disorder* yang dialami remaja adalah pola makan yang tidak sehat dan terobsesi pada makanan tertentu, serta gangguan konsep diri.

Eating disorder merupakan gangguan makan serius yang ditandai dengan pola makan yang tidak sehat dan terobsesi, serta adanya gangguan persepsi terhadap bentuk dan berat badan (American Psychiatric Association, 2022). Pada remaja, *eating disorder* dapat muncul dalam berbagai bentuk, termasuk

anoreksia nervosa (pembatasan makan yang ekstrem dan ketakutan intens terhadap kenaikan berat badan), bulimia nervosa (siklus makan berlebihan diikuti dengan perilaku kompensasi seperti muntah atau penggunaan laksatif), dan *binge-eating disorder* (episode makan berlebihan tanpa perilaku kompensasi reguler) (National Eating Disorders Association, 2023). Faktor-faktor risiko *eating disorder* pada remaja bersifat kompleks dan multifaktorial, melibatkan kombinasi antara faktor genetik, biologis, psikologis, sosial, dan budaya (Smolak & Thompson, 2024). Tekanan sosial untuk mencapai ideal tubuh kurus atau berotot, citra tubuh negatif, perfeksionisme, riwayat trauma, dan masalah kesehatan mental lainnya seringkali berperan dalam perkembangan *eating disorder* di kalangan remaja (Stice et al., 2022).

Menurut peneliti masih terdapat banyak remaja yang memiliki kebiasaan makan dalam jumlah yang banyak tetapi diikuti dengan ketakutan berat badan naik sehingga remaja selalu memutuskan kembali makanan tersebut. Ini dapat dikatakan sebagai gangguan *eating disorder*. Kebiasaan tersebut akan membuat penderita merasa bersalah, menyesal serta benci diri sendiri. Akibatnya remaja berusaha untuk mengeluarkan seluruh makanannya dengan cara yang ekstrem sehingga menyebabkan remaja mengalami masalah gangguan nutrisi dan masalah *eating disorder*.

Hasil analisis hubungan perubahan mental emosional dan *eating disorder* berdasarkan tabel 6 didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan diantara dua variable tersebut.

Perubahan mental emosional yang khas pada masa remaja dapat meningkatkan kerentanan terhadap perkembangan *eating disorder*. Ketidakstabilan emosi, kesulitan dalam regulasi emosi, dan kecenderungan untuk mengalami kecemasan dan depresi dapat menjadi faktor predisposisi atau memperburuk gejala *eating disorder* (Haynos & Fruzzetti, 2023). Beberapa remaja mungkin menggunakan perilaku makan yang tidak sehat sebagai mekanisme coping untuk mengatasi perasaan negatif, stres, atau ketidaknyamanan emosional (Lavender et al., 2022). Misalnya, pembatasan makan dapat memberikan rasa kontrol atau pencapaian, sementara makan berlebihan dapat menjadi cara untuk menenangkan diri dari emosi yang sulit. Citra tubuh negatif dan ketidakpuasan terhadap diri sendiri, yang seringkali meningkat selama masa remaja, juga dapat berinteraksi dengan kesulitan emosional dan berkontribusi pada perkembangan obsesi terhadap berat badan dan bentuk tubuh (Thompson & Smolak, 2023). Lebih lanjut, *eating disorder* itu sendiri dapat secara signifikan mempengaruhi kondisi mental dan emosional remaja, menyebabkan atau memperburuk masalah seperti depresi, kecemasan, isolasi sosial, dan penurunan harga diri (Bardone-Cone et al., 2024). Dengan demikian, terdapat hubungan timbal balik yang kompleks antara perubahan mental emosional dan *eating disorder* pada remaja, di mana kesulitan emosional dapat meningkatkan risiko *eating disorder*, dan sebaliknya, *eating disorder* dapat memperburuk kesehatan mental dan emosional.

Article History:

Received: April 16, 2025; Revised: April 30, 2025; Accepted: May 5, 2025



KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan pada penelitian ini adalah perubahan mental emosional pada remaja sebagian besar buruk, Sedangkan untuk *eating disorder* pada remaja sebagian besar adalah buruk. Analisis hubungan pada penelitian terdapat hubungan perubahan mental emosional dengan *eating disorder* terhadap remaja usia 13-17 tahun di Desa Tegalsari, Tulungrejo Pare-Kediri. Pada penelitian selanjutnya dapat dikembangkan jumlah sampel yang lebih luas sehingga data yang didapatkan lebih maksimal.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih disampaikan kepada Bapak Ketua Stikes Pamenang pare kediri, Kepala Desa Tulungrejo, Tim Pelaksana penelitian dan pendukung yang tidak dapat disebutkan satu persatu atas dukungan dalam pelaksanaan penelitian ini sehingga penelitian ini dapat dilaksanakan sesuai waktu yang telah ditentukan.

DAFTAR PUSTAKA

- American Psychiatric Association. (2022). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed., text rev.).
- Bardone-Cone, A. M., Fitzsimmons-Craft, E. E., Harney, M. B., Maldonado, C. R., Lawson, M. A., & Smith, K. E. (2024). The reciprocal relationship between eating disorder symptoms and psychosocial impairment : A systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 109, 102415.
- Coleman, J. C., & Hendry, L. B. (2022). The nature of adolescence. London Routledge. DOI <https://doi.org/10.4324/9780203805633>. Pages288, eBook ISBN9780203805633. Subjects Behavioral Sciences, Social Sciences
- Diananda, A. (2019). Psikologi Remaja Dan Permasalahannya. *Journal ISTIGHNA*, 1(1), 116–133. <https://doi.org/10.33853/istighna.v1i1.20>
- Fitriana, K. (2022). Hubungan Eating Disorder dan Tingkat Pengetahuan Diet dengan Status Gizi Remaja Putri. *Nutrizione: Nutrition Research And Development Journal*, 2(2), 1–9. <https://doi.org/10.15294/nutrizione.v2i2.58060>
- Handayani, 2020. (2018). Metodologi penelitian. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 2020, 10–27.
- Haynos, A. F., & Fruzzetti, A. E. (2023). Emotion dysregulation and eating disorders: A critical review and future directions. *Clinical Psychology Review*, 99, 102251.
- Lavender, J. M., De Choudhury, M., & Anderson, D. A. (2022). Social media and body image concerns in adolescents: A systematic review. *Eating and Weight Disorders - Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 27(1), 1-19.
- Lister, N. B., Baur, L. A., Paxton, S. J., Garnett, S. P., Ahern, A. L., Wilfley, D., Maguire, S., Sainsbury, A., Steinbeck, K., Braet, C., Hill, A., Nicholls, D., Jones, R. A., Dammery, G., Grunseit, A., Cooper, K., Kyle, T. K., Heeren, F. N., Hunter, K. E., Jebeile, H. (2023). Eating Disorders in weight-related Therapy (EDIT) Collaboration: Rationale and study design. *Nutrition Research Reviews*. <https://doi.org/10.1017/S0954422423000045>
- Maywandita, S. A., Mulyanti, & Endriyanti, L. (2018). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Gangguan Mental Emosional Pada Pengguna Napza Pasca Rehabilitasi Di Lemabaga Pemasyarakatan Narkotika Kelas II-a Yogyakarta.
- National Eating Disorders Association. (2023). What are eating disorders? <https://www.google.com/search?q=https://www.nationaleatingdisorders.org>

- g/what-are-eating-disorders
- Noe, F., Farida, H. D. K., & Rahayu, W. (2019). Hubungan Tingkat Stres Dengan Eating Disorder Pada Mahasiswa Yang Tinggal Di Asrama Putri Universitas Tibhuwana Tunggadewi (Unitri). *Journal Nursing News*, 4(1), 159–170.
- Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents, 12–26.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2023). *A child's world: Infancy through adolescence* (14th ed.). McGraw-Hill Education.
- Permanasari, K., Psikologi, F., & Airlangga, U. (2022). Pengaruh Body Dissatisfaction Terhadap Kecenderungan Eating Disorder Remaja.
- Presidenta, K. A. G., & Wahjun, E. S. (2018). pengaruh sikap terkait standar kecantikan terhadap perilaku makan yang tidak sehat pada remaja dengan ketidakpuasan tubuh sebagai variabel mediator. *Jurnal Pembelajaran Dan Pengembangan Diri*, 2005, 647–660.
- Purnamasari, Y., Fitri, N., & Mardiana, N. (2022). Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Gangguan Mental Emosional Remaja SMA. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5(2), 609–616.
- Santrock, J. W. (2023). *Adolescence* (18th ed.). McGraw-Hill Education.
- Smolak, L., & Thompson, J. K. (2024). *Body image, eating disorders, and obesity in youth: Assessment, prevention, 1 and treatment* (2nd ed.). American Psychological Association
- Qalbya, Y. A., Saleky, Y. W., Isdiany, N., Gizi, J., & Bandung, P. K. (2022). Hubungan Tingkat Stres dan Eating Disorder dengan Status Gizi. *Jurnal Gizi Dan Dietetik*, 1(1), 1–10. <https://doi.org/10.34011/jgd.v1i1.946>
- Relationship, T., Body, B., Levels, S., Cynthia, H., Simanungkalit, S. F., Studi, P., Program, G., & Kesehatan, F. I. (2023). JGK-Vol.15, No.1 Januari 2023. 15(1), 33–44.
- Resagenta, K. A. G., & Wahjun, E. S. (2018). pengaruh sikap terkait standar kecantikan terhadap perilaku makan yang tidak sehat pada remaja dengan ketidakpuasan tubuh sebagai variabel mediator. *Jurnal Pembelajaran Dan Pengembangan Diri*, 2005, 647–660.
- Rohmah, N. (2022). The Stress And Emotional Eating Behavior In Students Of Universitas Negeri Semarang. *Nutrizione: Nutrition Research And Development Journal*, 2(1), 10–18. <https://doi.org/10.15294/nutrizione.v2i1.55170>
- Qalbya, Y. A., Saleky, Y. W., Isdiany, N., Gizi, J., & Bandung, P. K. (2022). Hubungan Tingkat Stres dan Eating Disorder dengan Status Gizi. *Jurnal Gizi Dan Dietetik*, 1(1), 1–10. <https://doi.org/10.34011/jgd.v1i1.946>
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukendra, I. K., & Atmaja, I. K. S. (2020). Instrumen Penelitian. In *Journal Academia*.
- Suparyanto dan Rosad. (2020). Telmisartan menghambat peningkatan kadar TGF- β 1 aorta tikus (*Rattus norvegicus*) yang diinduksi NaCl 8%. Seminar Nasional Sains dan Teknologi VI UNILA. *Suparyanto Dan Rosad*, 5(3), 248–253.
- Suyami, Purnomo, R. T., & Sutantri, R. (2019). Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat jurnal ilmu kesehatan masyarakat. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 14(01), 93–1
- Yuliawan, K. (2021). Pelatihan SmartPLS 3.0 Untuk Pengujian Hipotesis Penelitian Kuantitatif. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(1), 43–50.

Article History:

Received: April 16, 2025; Revised: April 30, 2025; Accepted: May 5, 2025