

HUBUNGAN BERAT BADAN PADA REMAJA DENGAN TINGKAT KECEMASAN DI SMAN 4 CIMAHI

The Relationship of Body Weight in Adolescents with The Level of Anxiety at SMAN 4 Cimahi

Sri Wahyuni¹, Budi Rianto², Deil Rizki Imamar Rusli³

1. Prodi Kebidanan, STIKES Budi Luhur Cimahi.
2. Prodi Pendidikan Ners, STIKES Budi Luhur Cimahi,
3. Mahasiswa Prodi Pendidikan Ners, STIKES Budi Luhur Cimahi

ABSTRAK

Pendahuluan: Berat badan berlebih merupakan suatu keadaan dimana terdapat kelebihan kadar lemak dalam tubuh, sehingga menyebabkan badan menjadi terlihat gemuk. di Indonesia terdapat sebanyak 28,5% remaja memiliki (Indeks Masa Tubuh) IMT berlebih, sehingga dari segi psikososial, kegemukan merupakan beban bagi yang bersangkutan karena dapat menghambat kegiatan jasmani, sosial dan psikologis, salah satunya terjadinya kecemasan. **Tujuan:** untuk mengetahui apakah terdapat hubungan berat badan pada remaja dengan tingkat kecemasan di SMAN 4 Cimahi. **Metode:** penelitian analitik korelasional yang menggunakan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X dengan jumlah keseluruhan 432 responden. Sampel pada penelitian ini adalah 81 responden dengan teknik *stratified random sampling*. **Hasil:** sebagian besar (54,3%) remaja memiliki Berat badan lebih; sebagian besar (54,3%) remaja mengalami kecemasan sedang; terdapat hubungan berat badan dengan tingkat kecemasan terhadap remaja kelas X di SMAN 4 Cimahi, dengan nilai p . $Value = (0,000) < \alpha = 0,05$. **Kesimpulan:** sekolah khususnya SMAN 4 cimahi dapat meningkatkan promosi kesehatan secara berkala bekerjasama dengan Puskesmas wilayah setempat sehingga berat badan dapat berkurang khususnya mengenai nutrisi remaja.

ABSTRACT

Background : Excess body weight is a condition where there is excess fat content in the body, causing the body to look fat. In Indonesia, it shows that 28.5% of teenagers have an excessive (Body Mass Index) BMI. So from a psychosocial perspective, obesity is a burden for those concerned because it can hinder physical, social and psychological activities, one of which is anxiety. In Indonesia, it shows that 28.5% of teenagers have an excessive BMI. So from a psychosocial perspective, obesity is a burden for the person concerned because it can hinder physical, social and psychological activities, one of which is the emergence of anxiety. **Objective:** to find out whether there is a relationship between adolescent weight and anxiety levels in adolescents at SMA 4 Cimahi. **Method:** is correlational analytical research using a cross sectional approach. The population in this study were class X students with a total of 432 respondents. The sample in this study was 81 respondents using a stratified random sampling technique. **Results:** the majority (54.3%) of teenagers were overweight; the majority (54.3%) of teenagers experienced moderate anxiety; There is a relationship between body weight and the level of anxiety in class X teenagers at SMAN 4 Cimahi, with a value of p . $Value = (0.000) < \alpha = 0.05$. **Conclusion:** SMAN4 Cimahi can increase health promotion on a regular basis in collaboration with the local community health center so that weight can be reduced, especially regarding adolescent nutrition

Riwayat artikel

Diajukan: 11 Januari 2024

Diterima: 27 Februari 2024

Penulis Korespondensi:

- Sri Wahyuni
- STIKES Budi Luhur Cimahi

e-mail:

uni.budiluhur@gmail.com

Kata Kunci:

Berat badan, kecemasan, remaja

PENDAHULUAN

Kehidupan individu, dari masa kanak-kanak menuju dewasa disebut masa remaja. Menurut WHO, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun. Sedangkan menurut peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014 mengatakan remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun. Seiring berkembangnya zaman, pengaruh budaya asing banyak yang masuk ke Indonesia, salah satunya konsep makan. Perubahan budaya makan yaitu mengonsumsi fast food dan junk food atau makanan cepat saji. Masalah kesehatan seperti obesitas dapat terjadi apabila sering mengonsumsi junk food secara terus menerus (Damaiyanti et al., 2023).

Berat badan berlebih merupakan suatu keadaan dimana terdapat kelebihan kadar lemak dalam tubuh, sehingga menyebabkan badan menjadi terlihat gemuk (Putri et al., 2022). WHO mengatakan bahwa obesitas sebagai epidemic global, obesitas atau berat badan berlebih memiliki prevalensi 16% pada remaja berusia 13-15 tahun dan 13,5% pada remaja berusia 16-18 tahun. Data global menunjukkan bahwa 9,1% mengalami kelebihan IMT. Sedangkan di Indonesia menunjukkan sebanyak 28,5% remaja memiliki IMT berlebih (Fasda et al., 2021) di mana pada individu yang memiliki berat badan berlebih ataupun obesitas cenderung mengalami kondisi mental yang buruk,

Faktor - faktor penyebab obesitas remaja meliputi faktor eksternal dan internal. Faktor eksternal meliputi konsumsi makanan, pengetahuan gizi, tingkat pendidikan, lingkungan sosial budaya, dan aktivitas fisik. Faktor internal meliputi usia, jenis kelamin, kondisi fisik, dan penyakit menular. Faktor-faktor yang berkontribusi pada perubahan keseimbangan berujung pada kejadian obesitas, yang mengakibatkan tindakan mengkritik (Damaiyanti et al., 2023).

Ditinjau dari segi psikososial, kegemukan merupakan beban bagi yang bersangkutan karena dapat menghambat

kegiatan jasmani, sosial dan psikologis. Selain itu akibat bentuk yang kurang menarik, sering menimbulkan problem dalam pergaulan dan seseorang dapat menjadi rendah diri serta dampak terburuk adalah keputusan. Wanita yang mengalami obesitas biasanya akan mengalami kecemasan akan tubuhnya. Kecemasan ini timbul karena wanita takut tidak dapat melaksanakan tugas-tugas perkembangan dewasanya, seperti misal takut diejek oleh rekan sekerjanya atau sulit mendapat pasangan. Wanita yang mengalami obesitas cenderung membanding-bandingkan ukuran tubuhnya dengan tubuh teman-temannya yang ideal. Semakin sering mereka membandingkan, maka akan semakin bertambah pula rasa keemasannya (Anggraini et al., 2014).

Kecemasan menggambarkan periode singkat kegugupan atau ketakutan saat mengalami pengalaman sulit yang mengakibatkan rasa tidak senang, gelisah, tegang, tidak tenang, dan tidak aman. Kecemasan disebut khawatir atau was-was, yaitu rasa takut yang tidak jelas tetapi terasa sangat kuat, diikuti oleh sensasi fisik meliputi kegelisah ketegangan, telapak tangan berkeringat, pusing, susah bernapas, denyut jantung meningkat, dan pipi yang memerah (Kurniawati & Suarya, 2019).

Perasaan cemas yang dialami dalam jangka waktu yang lama akan menyebabkan remaja perempuan dengan berat badan berlebih mengalami depresi dan memutuskan untuk melakukan bunuh diri. Terdapat beberapa kasus remaja Kecemasan sosial merupakan salah satu jenis gangguan kecemasan yang bersifat khusus, dimana kita merasakan pengalaman yang tidak menyenangkan ketika berada di sekitar banyak orang dan merasa khawatir dengan apa yang orang lain pikirkan (Ayu Setyarini & Munawaroh, 2020). Penyebab dari kecemasan sosial itu bisa karena orang yang tidak dikenal, evaluasi diri, pengalaman dari masalah, harga diri, genetic (Kurniawati & Suarya, 2019).

Kecemasan sosial yang terjadi pada remaja di sekolah diperkirakan 10% sampai

20%, indonesia melakukan penelitian didapatkan data sebanyak 15,8% individu mengalami kecemasan sosial. Terdapat peningkatan sekitar 9,6% gejala kecemasan sosial pada awal usia 10 tahun. Data kecemasan sosial remaja di dapatkan sekitar 70 – 95% remaja yang mengalami kecemasan sosial yang hanya berbicara di situasi tertentu (Damaiyanti et al., 2023)

Permasalahan yang sering terjadi pada remaja di sekolah yaitu banyaknya masalah sosial seperti timbulnya perasaan terasing, problem identitas, kurang percaya diri, demam panggung, merasa menjadi pusat perhatian orang, khawatir dirinya akan di kritik orang lain karena bentuk tubuh, ia merasa ada yang kurang dari bagian tubuhnya, ketakutan dan keraguan yang sering dialami siswa menghadapi situasi yang membuatnya takut akan kesalahan di depan kelas yang dialami siswa yang dapat merugikan dirinya sendiri.(Damaiyanti et al., 2023)

Di dukung oleh jurnal Ini Wayan Widi Kurniawati dan Luh Made Karisma Sukmayanti Surya dengan judul : Gambaran Kecemasan Remaja Perempuan Dengan Berat Badan Berlebih Penelitian ini bertujuan mengetahui gambaran kecemasan remaja perempuan dengan berat badan berlebih. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi, menurut Strauss dan Corbin (2017). Responden adalah tiga remaja perempuan dengan berat badan berlebih, berusia 17 tahun hingga 18 tahun. Hasil penelitian adalah penyebab kecemasan, kecemasan yang dirasakan, faktor pendukung terjadinya kecemasan, upaya- upaya mengatasi kecemasan, dan faktor-faktor yang memengaruhi upaya-upaya yang dilakukan untuk mengatasi kecemasan (Kurniawati & Suarya, 2019).

Di dukung oleh jurnal Siska Damaiyanti, dkk dengan judul : Hubungan Obesitas Dengan Kecemasan Sosial Pada Siswa SMAN Kota Bukittinggi Jenis penelitian ini adalah deskriptif korelatif dengan pendekatan cross sectional study.

Populasi pada penelitian ini adalah 46 siswa obesitas di SMA Negeri Kota Bukittinggi, jumlah sampel sebanyak 46 orang. Instrumen pada penelitian ini berupa kuisisioner kecemasan sosial dan observasi berat badan dan tinggi badan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 89,1% responden adalah remaja dengan obesitas derajat I dan 56,5% remaja dengan tingkat kecemasan sosial termasuk kategori sedang. Hasil analisis menunjukkan terdapat hubungan negatif dan signifikan, secara statistik didapatkan nilai $p = 0,000$ dan $r = -0,669$. Disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat obesitas dengan kecemasan sosial pada siswa SMA Negeri di Kota Bukittinggi.

Diharapkan kepada Sekolah dapat mengembangkan program bimbingan konseling dan program ekstrakurikuler terkait olahraga dan kesehatan jasmani untuk menjaga aktivitas fisik pada remaja.

Menurut teori model keperawatan Hildegard Peplau berfokus pada individu, perawat, dan proses interaktif yang menghasilkan hubungan antara perawat dan klien. Menurut konsep model ini, kelainan jiwa seseorang muncul akibat adanya ancaman, ancaman tersebut menimbulkan kecemasan (Anxiety). Ansietas timbul dan dialami seseorang akibat adanya konflik saat berhubungan dengan orang lain (Interpersonal). Menurut konsep ini perasaan takut seseorang didasari adanya ketakutan ditolak atau tidak diterima oleh sekitarnya.

Berdasarkan data studi pendahuluan pada tanggal 08 Maret 2023 dengan memberikan kuisisioner kepada 28 orang siswa dari populasi kelas X di SMAN 4 Cimahi 432 siswa (Sumber : BK SMAN 4 Cimahi), di peroleh hasil 11 siswa mengalami tingkat kecemasan ringan 9 siswa mengalami tingkat kecemasan berat dan 8 siswa tidak mengalami kecemasan. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di SMAN 4 Cimahi di Jl. Kihafit Barat No. 323

METODE

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian survey analitik yang menggunakan pendekatan *cross sectional* dimana pengumpulan data akan di kumpulkan dalam waktu yang sama. Populasi dalam penelitian adalah seluruh remaja yang sekolah di SMAN 4. Sampel pada penelitian ini sebanyak 81 remaja. Adapun Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah purposive sampling. Data yang dikumpulkan adalah data primer dan data sekunder. Instrumen penelitian yang digunakan adalah lembar observasi dan kuesioner kecemasan Depression anxiety stress scales (DASS 42) untuk mengukur tingkat stres. Analisis yang digunakan adalah uji Kolmogorov Smirnov untuk menguji hipotesis komparatif kategorik tidak berpasangan dengan tabel 2xK. Penelitian ini juga sudah diajukan etik penelitian dengan no laik etik 140/D/KEPK-STIKes/VII/2022

HASIL PENELITIAN

Penelitian telah dilakukan pada 81 remaja untuk mengetahui hubungan berat badan pada remaja dengan tingkat kecemasan di SMAN 4 Cimahi dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Berat badan Pada Kelas X di SMAN 4 Cimahi

No	Berat badan	Frekuensi (F)	Presentae (%)
1	BB kurang	18	22,2
2	BB Normal	19	23,5
3	BB Lebih	44	54,3
	Total	81	100

Sumber: Data Primer

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Pada Kelas X di SMAN 4 Cimahi

No	Tingkat Kecemasan	Frekuensi (F)	Presentae (%)
1	Normal	19	23,5
2	Kecemasan Ringan	15	18,5
3	Kecemasan Sedang	44	54,3
4	Kecemasan Berat	3	3,7
	Total	81	100

Sumber : Data Primer

Tabel 3. Hubungan berat badan dengan tingkat kecemasan pada remaja kelas X di SMAN 4 Cimahi

Berat badan	Tingkat Kecemasan								Total	P value
	Normal		Kecemasan Ringan		Kecemasan Sedang		Kecemasan Berat			
	F	%	F	%	F	%	F	%		
BB Kurang	0	0	12	80	6	13,6	18	22,2	18	0,000
BB Normal	19	100	0	0	0	0	19	23,5	19	
BB Lebih	0	0	3	20	38	86,4	44	54,3	44	

PEMBAHASAN

1. Gambaran Berat badan pada remaja kelas X di SMAN 4 Cimahi.

Gambaran Berat badan pada remaja kelas X di SMAN 4 Cimahi, di lebih dari setengah yaitu 44 responden (54,3%) mengalami BB lebih, kurang dari setengah yaitu 19 responden (23,5%) mengalami BB Normal, dan sebagian

kecil yaitu 18 responden (22,2%) mengalami BB kurang.

Berat badan berlebih adalah suatu keadaan dimana ditemukan penimbunan lemak yang berlebihan di dalam tubuh seseorang, kelebihan berat badan atau overweight merupakan suatu meningkatnya berbagai resiko penyakit degeneratif yang dihadapi pada seseorang. Overweight atau kelebihan berat badan adalah suatu kondisi

seseorang yang berat badannya 10% sampai hingga 20% dari berat badan normalnya.(Mauliza & Nashirah, 2022)

Seseorang yang mengalami overweight dapat ditentukan dengan menggunakan indeks massa tubuh (IMT) yakni perbandingan berat badan dalam kilogram dengan tinggi kuadrat dalam meter. Dengan menggunakan IMT, maka orang dewasa dapat mengukur serta menggolongkan dirinya dalam kategori underweight (kekurangan berat badan), overweight (kelebihan berat badan), ataupun obesitas.(Pratiwi et al., 2022)

Menurut teori faktor tersebut adalah status perkawinan, pendapatan rumah tangga aktivitas fisik, wilayah domisili, serta asupan energi dan karbohidrat. Tidak hanya itu, faktor psikologis, faktor genetik, pola hidup yang kurang tepat, stres, kebiasaan makan yang salah juga menjadi penyebab terjadinya overweight.

Hal ini sejalan dengan data global yang menunjukkan bahwa 9,1% mengalami kelebihan IMT. Sedangkan di Indonesia menunjukkan sebanyak 28,5% remaja memiliki IMT berlebih.(Colozza & Padmita, 2019)

2. Gambaran tingkat kecemasan pada remaja kelas X di SMAN 4 Cimahi.

Gambaran tingkat kecemasan pada remaja kelas X di SMAN 4 Cimahi, diperoleh lebih dari setengah yaitu 44 responden (54,3%) mengalami kecemasan sedang, kurang dari setengah yaitu 19 responden (23,5%) tidak mengalami kecemasan atau normal, sebagian yaitu 15 responden (18,5%) mengalami kecemasan ringan, dan sebagian kecil yaitu 3 responden (3,7%) mengalami kecemasan berat.

Menurut Sigmund Freud kecemasan merupakan ketegangan dalam diri sendiri tanpa objek yang jelas, objek tidak disadari dan berkaitan dengan kehilangan self-image. Kecemasan merupakan keadaan yang mengganggu seseorang karena ketidaknyamanan atau rasa takut disertai suatu respon dan merupakan sinyal yang

menyedarkan atau memperingatkan akan adanya bahaya yang datang serta membantu individu mengambil tindakan dalam menghadapi ancaman tersebut.

Rentang respon paling adaptif adalah antisipasi dimana individu siap siaga untuk beradaptasi dengan cemas yang muncul. Rentang paling maladaptif adalah panik dimana individu sudah tidak mampu lagi berespon terhadap cemas yang dihadapi sehingga mengalami gangguan fisik, perilaku maupun kognitif. Seseorang yang berespon adaptif terhadap kecemasan maka tingkat kecemasanpun akan ringan, semakin maladaptif respon terhadap kecemasan maka semakin berat tingkat kecemasannya.(Kartikasari & Nurizka, 2019)

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Kurniawati dan Suarya, 2019. Dimana penelitian ini menunjukkan terdapat gambaran kecemasan pada wanita berat badan terhadap kesehatan yang terdapat pada ketiga informan penelitian.(Kurniawati & Suarya, 2019)

3. Hubungan Berat badan dengan tingkat kecemasan pada remaja kelas X di SMAN 4 Cimahi.

Berat badan dengan tingkat kecemasan pada 81 responden, yang memiliki BB lebih ada 44 responden (54,3%) dengan kecemasan berat, yang memiliki BB lebih ada 38 responden (86,4) dengan kecemasan sedang, yang BB lebih ada 3 responden (20%) dengan kecemasan ringan, dan yang memiliki BB kurang ada 19 responden (23,5%) dengan kecemasan berat, yang memiliki BB kurang ada 19 responden (100%) dengan tidak ada kecemasan atau normal, serta yang memiliki BB kurang ada 18 responden (22,2%) dengan kecemasan berat, BB kurang ada 12 responden (20%) dengan kecemasan ringan, dan BB kurang ada 6 responden (13,6%) dengan kecemasan sedang.

Dari analisa menggunakan uji Kormogorov-Smirnov diperoleh nilai p. Value = (0,000) < α = 0,05 maka Ho

ditolak, dengan demikian disimpulkan bahwa terdapat hubungan Berat badan dengan tingkat kecemasan terhadap remaja kelas X di SMAN 4 Cimahi.

Berdasarkan hasil penelitian diatas didapatkan data bahwa yang mengalami kecemasan berat yaitu responden yang memiliki BB lebih/berat badan yaitu 44 responden (54,3%) dibandingkan dengan yang mengalami kecemasan ringan yaitu responden yang memiliki BB kurang yaitu 12 responden (20%).

Faktor - faktor penyebab obesitas remaja meliputi faktor eksternal dan internal. Faktor eksternal meliputi konsumsi makanan, pengetahuan gizi, tingkat pendidikan, lingkungan sosial budaya, dan aktivitas fisik. Faktor internal meliputi usia, jenis kelamin, kondisi fisik, dan penyakit menular. Faktor-faktor yang berkontribusi pada perubahan keseimbangan berujung pada kejadian obesitas, yang mengakibatkan tindakan mengkritik.(Sabatini Setiawati et al., 2019)

Akibat bentuk yang kurang menarik, sering menimbulkan problem dalam pergaulan dan seseorang dapat menjadi rendah diri serta dampak terburuk adalah keputusan. Wanita yang mengalami obesitas biasanya akan mengalami kecemasan akan tubuhnya.

Dalam penelitian Rezeki, 2021 dimana Kecemasan sosial yang terjadi pada remaja di sekolah diperkirakan 10% sampai 20%, Indonesia melakukan penelitian didapatkan data sebanyak 15,8% individu mengalami kecemasan sosial. Terdapat peningkatan sekitar 9,6% gejala kecemasan sosial pada awal usia 10 tahun. Data kecemasan sosial remaja di dapatkan sekitar 70 – 95% remaja yang mengalami kecemasan sosial yang hanya berbicara di situasi tertentu.

Hal ini sejalan dengan penelitian Siska damaiyanti, dimana hasil penelitian menunjukkan bahwa 89,1% responden adalah remaja dengan obesitas derajat I dan 56,5% remaja dengan tingkat kecemasan sosial termasuk kategori

sedang. Hasil analisis menunjukkan nilai $p = 0,000$ dan $r = - 0,669$, sehingga Disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat obesitas dengan kecemasan sosial pada siswa SMA Negeri di Kota Bukit tinggi.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan dari penelitian mengenai Hubungan berat badan pada remaja dengan tingkat kecemasan di sman 4 cimahi tahun 2023, dapat disimpulkan bahwa:

1. Gambaran Berat badan pada remaja kelas X di SMAN 4 Cimahi, lebih dari setengah yaitu 44 responden (54,3%) mengalami BB lebih.
2. Gambaran tingkat kecemasan pada remaja kelas X di SMAN 4 Cimahi, diperoleh lebih dari setengah yaitu 44 responden (54,3%) mengalami kecemasan sedang.
3. Terdapat hubungan Berat badan dengan tingkat kecemasan terhadap remaja kelas X di SMAN 4 Cimahi, dengan nilai $p. Value = (0,000) < \alpha = 0,05$.

DAFTAR PUSTAKA

- S. D. S. I. Suri and D. O. , "HUBUNGAN OBESITAS DENGAN KECEMASAN SOSIAL PADA SISWA SMA NEGERI KOTA BUKITTINGGI," *Jurnal Nesr*, vol. 7 nomor 1, pp. 27-31, 2023.
- S. N. Anggraini, S. R. D. Andayani and R. P. Priyanti, "GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN REMAJA TENTANG OBESITAS DI SMKN KUDU JOMBANG".
- N. W. W. Kurniawati and L. M. K. Sukmayanti Suarya, "Gambaran Kecemasan Remaja Perempuan dengan Berat Badan Berlebih," *Psikologi Udayana*, vol. 6 no 2, pp. 280-290, 2019.

- H. d. I, Pakar teori keperawatan dan karya merdeka, jakarta: Elsvier, 2017.
- L. Azizah, I. Zainuri and A. A. , Buku ajar keperawatan kesehatan jiwa: Teori dan aplikasi praktik klinik, Yogyakarta: Indomedia pustaka, 2016.
- F. N. N. Yusuf A, Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa, 2015: Salemba Medika, Jakarta.
- Nursalam, Metodologi penelitian, Jakarta: Salemba Medika, 2015.
- G. W. S. a. S. Sundeen, Buku keperawatan jiwa, Jakarta: EGC, 2015.
- Nurhalimah, Keperawatan jiwa: Modul bahan ajar keperawatan, Jakarta: KEMENKES RI, 2016.
- S. Notoadmojo, Metodologi penelitian kesehatan, Jakarta: Rineka Cipta, 2018.
- Nursalam, Metodologi penelitian ilmu keperawatan, Jakarta: Salemba medika, 2017.
- Donsu, Metodologi penelitian keperawatan, Yogyakarta: Pustaka Baru, 2017.
- Notoatmodjo, *Ilmu prilaku kesehatan*, jakarta: Rineka cipta, 2014.
- Anggraini, S. N., Retno, S., Andayani, D., & Priyanti, R. P. (2014). *GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN REMAJA TENTANG OBESITAS DI SMKN KUDU JOMBANG*.
- Ayu Setyarini, I., & Munawaroh, E. (2020). Hubungan Antara Body Shaming Dan Citra Diri Dengan Kecemasan Sosial Pada Siswa SMP Ekasakti Semarang. *JCOSE Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, Vol. 3, No. 1.
- Colozza, D., & Padmita, A. C. (2019). *Analisis Lanskap Kelebihan Berat Badan dan Obesitas di Indonesia*.
- Damaiyanti, S., Suri, S. I., Octavia, D., S1, P., Fik, K., Natsir, U. M., & Bukittinggi, Y. (2023). HUBUNGAN OBESITAS DENGAN KECEMASAN SOSIAL PADA SISWA SMA NEGERI KOTA BUKITTINGGI. *Jurnal Ners*, 7, no 1, 27–31. <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners>
- Fasda, B., Romadhon, Y. A., Candrasari, A., & Herawati, E. (2021). *Pengaruh Tempat Tinggal dan Indeks Massa Tubuh Terhadap Tingkat Kecemasan Remaja di Era Pandemi COVID-19*.
- Kartikasari, R., & Nurizka, N. (2019). Tingkat Kecemasan Orang Tua Yang Memiliki Anak Penderita Hemofilia Di Kota Bandung. *Jurnal Kesehatan Aeromedika – Poltekkes TNI AU Ciumbuleuit Bandung* |, V(1), 41–49.
- Kurniawati, N. W. W., & Suarya, L. M. K. S. (2019a). Gambaran kecemasan remaja perempuan dengan berat badan berlebih. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(02), 280. <https://doi.org/10.24843/jpu.2019.v06.i02.p07>
- Kurniawati, N. W. W., & Suarya, L. M. K. S. (2019b). Gambaran kecemasan remaja perempuan dengan berat badan berlebih. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(02), 280–290. <https://doi.org/10.24843/jpu.2019.v06.i02.p07>
- Mauliza, M., & Nashirah, A. (2022). Faktor yang Mempengaruhi Obesitas dan Penanganannya pada Anak. *GALENICAL: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan Mahasiswa Malikussaleh*, 1(3), 77–84.
- Pratiwi, H., Rochma, M., & Nurahmi, A. (2022). Pemantauan Indeks Massa Tubuh dan Persen Lemak Tubuh dalam Pencegahan Obesitas.

- Sociality: Journal of Public Health Service*, 1(1), 53–60.
- Putri, R. N., Nugraheni, S. A., & Pradigdo, S. F. (2022). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Obesitas Sentral pada Remaja Usia 15-18 Tahun di Provinsi DKI Jakarta (Analisis Risesdas 2018). *MEDIA KESEHATAN MASYARAKAT INDONESIA*, 21(3), 169–177. <https://doi.org/10.14710/mkmi.21.3.169-177>
- Sabatini Setiawati, F., Mahmudiono, T., Ramadhani, N., & Fadiah Hidayati, K. (2019). Intensity of Social Media Usage, Exercise Habits, and Obesity among Adolescent in Senior High School 6 Surabaya 2019. *Journal Of Universitas Airlangga*, 142–148. <https://doi.org/10.2473/amnt.v3i3.2019>