

The Association Between Dietary Quality and Self-Esteem Among Adolescent Girls = Hubungan antara Kualitas Diet dan Harga Diri pada Remaja Putri

Anselma Prasti Keishani, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920550292&lokasi=lokal>

Abstrak

Latar Belakang Masa remaja perempuan krusial untuk persiapan kehamilan di kemudian hari, namun isu gizi tetap persisten, terutama keterbatasan variasi dan keberagaman. Kualitas diet yang buruk, yang terkait dengan kebiasaan makan yang tidak sehat, dapat memengaruhi kesehatan mental, termasuk harga diri remaja putri. Meskipun demikian, hubungan antara kualitas diet dan harga diri masih belum terungkap. Metode Penelitian ini melibatkan 340 remaja putri bersekolah dari tiga kabupaten terpilih di Provinsi Jawa Barat di Indonesia. Peserta melengkapi pengumpulan data tentang asupan makanan menggunakan 2-days repeated 24-hour recall. Data mengenai asupan makanan dimasukkan ke dalam NutriSurvey versi 2007, program yang menyediakan analisis nutrisi terperinci. Hasil analisis digunakan untuk menghitung skor Healthy Eating Index-2015 (HEI-2015), sebuah penilaian yang mengukur sejauh mana asupan makanan peserta mengikuti pedoman diet. Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES), merupakan instrument pengukur harga diri yang terdiri dari sepuluh item. Hasil Analisis regresi berganda dilakukan untuk menilai hubungan antara skor HEI-2015 dan skor RSES, dengan menyesuaikan faktor perancu. Skor median HEI-2015 adalah 26.9(26.2-25.6) yang jauh dibawah skor yang direkomendasikan 80, sementara skor rata-rata RSES adalah 16.72 ± 2.88 . Uji linear berganda menunjukkan tidak ada hubungan signifikan antara skor HEI-2015 dan RSES pada remaja putri ($\beta = -0.03$; 95%CI = $-0.07 - 0.03$; $p = 0.54$). Kesimpulan Penelitian ini menampilkan tidak adanya hubungan antara kualitas diet dan harga diri pada remaja putri yang bersekolah di Jawa Barat, tahun 2018. Temuan ini menegaskan pentingnya mengatasi kualitas diet yang buruk dan menyoroti perlunya penelitian lebih lanjut.

.....Introduction The adolescence period for girls is crucial for maternal preparation, yet nutritional issues persist in the limited variety and diversity of dietary intake. Poor dietary quality, associated with unhealthy eating habits, may impact mental health, including self-esteem of adolescent girls. Though the relationship between dietary quality and self-esteem remains unclear. Methods A total of 340 school going adolescent girls from 3 chosen district in West Java province in Indonesia, in the year 2018 was analysed in this study. Participants completed a 2-days repeated 24-hour dietary recall, and the results were entered into Nutrisurvey2007, before used to calculate dietary quality score using HEI-2015, to measure how well dietary intake follow dietary guidelines. Measure of self-esteem was conducted using the Rosenberg Self-Esteem Scale, consisting of 10 items. Results A multiple regression analysis was performed to assess the association between the HEI- 2015 score and RSES score, adjusting for potential confounders. The median HEI-2015 score was 26.9(26.2-25.6), which was far below the recommended score of 80, while the mean RSES score was 16.72 ± 2.88 . Multiple linear regression testing showed no statistically significant association between HEI-2015 and RSES in adolescent girls ($\beta = -0.03$; 95%CI = $-0.07 - 0.03$; $p = 0.54$). Conclusion The study features no association between dietary quality and self-esteem among adolescent girls in West Java, in 2018 These findings underscore the importance of addressing poor dietary quality and highlight the need for further research to elucidate the underlying factors and potential interventions.