

**HUBUNGAN CITRA TUBUH DENGAN PERILAKU DIET PADA WANITA
DEWASA DI DUSUN GAMPING KIDUL, DESA AMBARKETAWANG,
KABUPATEN SLEMAN YOGYAKARTA**

Gita Paramitha Y. P¹, Afi Lutfiyati²
gitaparamithayp@gmail.com

INTISARI

Latar Belakang: Pada masa dewasa awal, individu akan mengalami berbagai perubahan baik secara fisik ataupun psikologis yang disertai dengan masalah-masalah penyesuaian dan harapan terhadap perubahan tersebut. Perubahan yang terjadi menimbulkan respon tersendiri bagi wanita berupa tingkah laku yang sangat memperhatikan perubahan dan bentuk tubuhnya. Berbagai upayapun dilakukan untuk mendapatkan penampilan yang menarik pada tubuhnya dengan melakukan program diet.

Tujuan Penelitian: Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara citra tubuh dengan perilaku diet pada wanita dewasa di Dusun Gamping Kidul, Desa Ambarketawang, Kabupaten Sleman Yogyakarta.

Metode Penelitian: Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan rancangan *cross-sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh wanita dewasa awal yang berusia 26-35 tahun yang berada di Dusun Gamping yang berjumlah 196 responden. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 67 responden yang diambil dengan teknik *purposive sampling* yaitu mengambil sampel dengan pertimbangan tertentu sesuai kriteria inklusi dan ekslusi. Data yang telah dikumpulkan kemudian dianalisis menggunakan uji statistik *Chi-Square*.

Hasil Penelitian: Hasil penelitian menunjukkan responden yang memiliki citra tubuh dalam kategori positif sebagian besar melakukan perilaku diet dalam kategori sehat yaitu sebanyak 22 responden (29,7%), sedangkan responden yang memiliki citra tubuh dalam kategori negatif sebagian besar melakukan perilaku diet dalam kategori tidak sehat yaitu sebanyak 24 responden (32,4%). Berdasarkan analisis *Chi-Square* diperoleh hasil nilai $p=0,034$ sehingga ada hubungan antara citra tubuh dengan perilaku diet pada wanita dewasa, dan nilai keeratan hubungan lemah yaitu 0,239.

Kesimpulan: Ada hubungan antara citra tubuh dengan perilaku diet pada wanita dewasa di Dusun Gamping Kidul, Desa Ambarketawang, Kabupaten Sleman Yogyakarta.

Kata Kunci: citra tubuh, perilaku diet, wanita dewasa awal.

¹Mahasiswa Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

²Dosen Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

ASSOCIATION BETWEEN BODY IMAGES AND DIET BEHAVIOR IN ADULT WOMEN IN GAMPING KIDUL VILLAGE, AMBARKETAWANG, SLEMAN, YOGYAKARTA DISTRICT.

Gita Paramitha Y. P¹, Afi Lutfiyati²
gitaparamithayp@gmail.com

ABSTRACT

Background: In early adulthood, individual will have experience a variety of changes both physically and psychologically accompanied by problems of adjustment and expectations of these changes. Changes that occur cause a separate response for women in the form of behavior that is very concerned about changes and body shape. Various attempts were made to get an attractive appearance on his body by doing a diet program.

Research Objectives: The purpose of this study was to determine the correlation between body image and dietary behavior in adult women in Gamping Kidul Hamlet, Ambarketawang Village, Sleman Regency, Yogyakarta.

Research Methods: This research is a quantitative study with cross sectional design. The populations in this study were all early adult women aged 26-35 years who were in the Gamping Hamlet, amounting to 196 respondents. The sample in this study amounted to 67 respondents taken by purposive sampling technique that is taking samples with certain considerations according to inclusion and exclusion criteria. The data that has been collected is then analyzed using the Chi-Square statistical test.

Research Results: The results showed that respondents who had a positive body image in the majority category carried out dietary behavior in the healthy category of 22 respondents (29.7%), while respondents who had a body image in the negative category mostly did diet behavior in the unhealthy category as many as 24 respondents (32.4%). Based on the Chi-Square analysis the results obtained p value = 0.034 so that there is a association between body image with dietary behavior in adult women, and the value of a close relationship is 0.239.

Conclusion: There is a association between body image and dietary behavior in adult women in Gamping Kidul, Ambarketawang Village, Sleman Regency, Yogyakarta.

Keywords: body image, dietary behavior, early adult women.

¹Nursing student of Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

²Nursing lecturer of Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta