

# HUBUNGAN ANTARA *BODY IMAGE* DAN PERILAKU DIET PADA MAHASISWI KEPERAWATAN

Dewi Indah Yati<sup>1\*</sup> Novita Nirmalasari<sup>2</sup>

[dewiindah0421@gmail.com](mailto:dewiindah0421@gmail.com)

## INTISARI

**Latar Belakang:** Perubahan kondisi fisik menjadi suatu masalah bagi remaja karena remaja harus menyesuaikan diri dengan kondisi fisiknya. Perubahan fisik remaja yang terjadi seperti adanya perubahan berat badan dan tinggi badan sehingga remaja memiliki rasa peduli terhadap penampilanya dan mendorong remaja ingin melakukan perilaku diet.

**Tujuan Penelitian:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *body image* dan perilaku diet pada mahasiswi keperawatan di Unjaya

**Metode Penelitian:** Penelitian ini merupakan kuantitatif observasional dengan rancangan *cross sectional*. Sampel penelitian ini mahasiswi keperawatan berusia 18-21 tahun sebanyak 48 sampel yang diambil menggunakan teknik *simple random sampling* dan *purposive sampling*. Analisis data menggunakan Uji statistik *Somers'd*.

**Hasil Penelitian:** Hasil penelitian menunjukkan mahasiswi yang memiliki gambaran *body image* dalam kategori positif sebanyak 42 orang (87,5%). Sebagian besar mahasiswi menjalankan perilaku diet dalam kategori sehat sebanyak 40 orang (83,3%). Sedangkan mahasiswi yang memiliki *body image* kategori negatif sebanyak 6 orang (12,5%). Mahasiswi yang menjalankan perilaku diet dalam kategori tidak sehat sebanyak 8 orang (16,7%). Berdasarkan hasil analisis *Somers'd*. diperoleh nilai  $p=0,002$  ( $p<0,05$ ). Sehingga ada hubungan antara *body image* dan perilaku diet pada mahasiswi Keperawatan di Unjaya. Nilai koefisien korelasi ini menunjukkan sangat kuat dengan nilai 0,952.

**Kesimpulan:** Ada hubungan antara *body image* dan perilaku diet pada mahasiswi Keperawatan di Unjaya

**Kata Kunci :** *Body Image*, Perilaku Diet, Remaja

# THE RELATIONSHIP BETWEEN BODY IMAGE AND DIETARY BEHAVIOR IN NURSING STUDENTS

Dewi Indah Yati<sup>1\*</sup> Novita Nirmalasari<sup>2</sup>

[dewiindah0421@gmail.com](mailto:dewiindah0421@gmail.com)

## ABSTRACT

**Background:** Changes in physical conditions become a problem for adolescents because adolescents must adapt to their physical conditions. Adolescent physical changes that occur are changes in weight and height. This changes cause adolescents have a sense of care for their appearance and encourage them to do diet.

**Objectives:** This study aims to determine the relationship between body image and dietary behavior in nursing students at Unjaya.

**Methods:** This research is an observational quantitative with a cross sectional design. The sample of this research is 48 nursing students aged 18-21 years, taken using simple random sampling and purposive sampling techniques. The data analysis used was Somers'd statistical test.

**Result:** The results reveal that the number of students with positive category of body image is 42 students (87.5%). Most of the female students, as many as 40 people (83.3%), show healthy dietary behavior. Meanwhile, the number of female students with a negative body image category is 6 people (12.5%). There are 8 students (16.7%) who carry out unhealthy dietary behavior. Based on the results of Somers'd analysis, the p-value = 0.002 ( $p < 0.05$ ). So there is a relationship between body image and dietary behavior in nursing students at Unjaya. The correlation coefficient value shows a very strong correlation with the value of 0.952.

**Conclusion:** There is a relationship between body image and dietary behavior in nursing students at Unjaya.

**Keywords :** *Adolescent, Body Image, Diet Behavior*