

HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN POLA MAKAN REMAJA PUTRI DI SMA MUHAMMADIYAH 7 YOGYAKARTA

Titik Oktaviani¹, Dewi Retno Pamungkas², Puji Sutarjo³

INTISARI

Latar Belakang: Remaja berada pada rentang usia 11-21 tahun. Remaja putri lebih merasakan ketidakpuasan terhadap tubuhnya daripada remaja putra karena remaja putri lebih banyak mengalami penambahan jumlah jaringan lemak. Bentuk tubuh menjadi representasi diri yang pertama dan paling mudah terlihat dalam kehidupan sosial. Hal ini menyebabkan remaja putri kemudian terdorong untuk memiliki tubuh yang ideal. Pola makan yang baik harus memiliki batasan tertentu dalam mengkonsumsinya, tidak terlalu sedikit atau tidak terlalu banyak.

Tujuan Penelitian: Mengetahui hubungan antara *body image* dengan pola makan pada remaja putri di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta.

Metode Penelitian: Penelitian ini menggunakan deskriptif korelasi sederhana. Jumlah sampel yang diperoleh sebanyak 95 siswi dengan teknik sampling yang digunakan total *sampling*. Analisis data menggunakan *chi-square* dengan tingkat kepercayaan 95%.

Hasil Penelitian: Mayoritas *body image* siswi kelas XI dan XII SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta dalam kategori positif sebanyak 88 (79,3%). Mayoritas siswi kelas XI dan XII SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta memiliki pola makan dalam kategori baik sebanyak 97 (87,4%).

Kesimpulan: Terdapat hubungan antara *body image* dengan pola makan siswi kelas XI dan XII SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta $p=0,000$ ($p<0,05$); $OR=16,15$ (4,41-59,18).

Saran : Dapat menambah pengetahuan remaja dalam memandang *body image* secara positif sehingga dapat menerapkan pola makan yang baik dan sehat.

Kata Kunci: *body image*, pola makan, remaja putri

¹ Mahasiswa S1 Keperawatan Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

² Dosen S1 Keperawatan Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

³ Perawat RSJ Grhasia Yogyakarta

RELATIONSHIP BETWEEN BODY IMAGE AND EATING PATTERN IN ADOLESCENTS OF MUHAMMADIYAH 7 HIGH SCHOOL OF YOGYAKARTA

Titis Oktaviani¹, Dewi Retno Pamungkas², Puji Sutarjo³

ABSTRACT

Background: Teenagers are in the age range 11-21 years. Teenagers feel more dissatisfaction with their body than young men because young women are more likely to increase the amount of fat tissue. Shape is a self-representation of the first and most easily visible in social life. This causes girls to be compelled to have an ideal body. A good diet must have certain limitations in taking it, not too little or too much.

Objective: Knowing the relationship between body image and eating patterns in young women in Muhammadiyah 7 High School of Yogyakarta.

Methods: This study used a descriptive simple correlation. The number of samples obtained by 95 students with the sampling technique used total sampling. Data analysis using the chi-square with 95% confidence level.

Results: The majority of the student body image class XI and XII SMA Muhammadiyah Yogyakarta in category 7 positive in 88 (79.3%). The majority of students of class XI and XII Muhammadiyah 7 High School of Yogyakarta have diets in both categories were 97 (87.4%).

Conclusion: There is a relationship between body image and eating patterns XI and XII grade students of Muhammadiyah 7 High School of Yogyakarta $p = 0.000$ ($p < 0.05$); $OR = 16.15$ (4.41 to 59.18).

Suggestion: It can increase knowledge of adolescents in view of positive body image so that it can apply a good diet and healthy.

Keywords: *body image*, meal habit, teenagers

¹ Student of Nursing Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

² Lecturer of Nursing Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

³ Nurse of RSJ Grhasia Yogyakarta