

**HUBUNGAN *BODY IMAGE* (CITRA TUBUH) DENGAN POLA MAKAN PADA REMAJA PUTRI JURUSAN KECANTIKAN DI SMK NEGERI 2 GORONTALO**

**Nurfadila Pagoja<sup>1</sup>, Sunarto Kadir<sup>2</sup>, Nikmatisni Arsad<sup>3</sup>**

Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo

Email: [pagojanurfadila@gmail.com](mailto:pagojanurfadila@gmail.com)<sup>1</sup>, [sunartokadir@ung.ac.id](mailto:sunartokadir@ung.ac.id)<sup>2</sup>, [nikmatisni.arsad@ung.ac.id](mailto:nikmatisni.arsad@ung.ac.id)<sup>3</sup>

**ABSTRAK**

Pada masa remaja perubahan bentuk tubuh serta penambahan berat badan dapat menyebabkan munculnya *body image* dengan gangguan perilaku makan pada remaja. Rumusan masalah adalah apakah ada hubungan *body image* dengan pola makan pada remaja putri jurusan kecantikan di SMK Negeri 2 Kota Gorontalo. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan *body image* dengan pola makan pada remaja putri jurusan Kecantikan di SMK Negeri 2 Gorontalo. Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode survey analitik dan desain *Cross Sectional*. Menggunakan teknik *simple random sampling* pada 83 responden. Instrumen penelitian meliputi kuesioner *Multidimensional Body Self Relation Questionnaire - Appearance Scale (MBSRQ-AS)* dan *Food Frequency Questionnaire (FFQ)*. Analisis data menggunakan univariat dan bivariat dengan Uji Korelasi spearman. Berdasarkan hasil analisis hubungan *body image* dengan pola makan pada remaja putri di dapatkan nilai p value sebesar  $0,000 < \alpha 0,05$  dengan nilai koefisien korelasi sebesar  $-0,487$ . Simpulan, ada hubungan yang signifikan antara *body image* dengan pola makan pada remaja putri jurusan Kecantikan di SMK Negeri 2 Gorontalo. Diharapkan lebih mengembangkan program edukasi gizi dan penguatan citra tubuh positif dikalangan remaja.

**Kata Kunci:** *Body Image*, Pola Makan, Remaja Putri, Kecantikan

**Article History**

Received: November 2025

Reviewed: November 2025

Published: November 2025

Plagiarism Checker No 234

Prefix DOI : Prefix DOI :

10.8734/Nutricia.v1i2.365

Copyright : Author

Publish by : Nutricia



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

**PENDAHULUAN**

Menurut World Health Organization (WHO) masa remaja yaitu masa ketika seseorang menginjak usia antara 10 sampai 19 tahun. Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) memaparkan bahwa masa remaja berada pada rentang usia 10 sampai 24 tahun dan tidak berkeluarga. Masa remaja merupakan periode transisi dari masa anak-anak ke masa dewasa, di mana individu mengalami perubahan fisik, emosional, dan psikologis yang signifikan (Annisa et al., 2023).

Pada masa remaja perubahan bentuk tubuh serta penambahan berat badan dapat menyebabkan munculnya *body image* dengan gangguan perilaku makan pada remaja. Khususnya remaja putri juga memiliki masalah pola makan. Dengan melakukan kebiasaan makan yang tidak sehat, seperti kebiasaan mengkonsumsi makanan junk food dan makanan siap saji atau fast food, serta memiliki kebiasaan tidak sarapan atau makan pagi, malas minum air putih, serta menjalani diet yang tidak sehat karena ingin memiliki tubuh yang langsing (Rakhman et al., 2023).

*Body image* yang mengacu pada persepsi menyeluruh mengenai bentuk tubuh, termasuk pemikiran, perasaan, serta reaksi seseorang mengenainya. Remaja putri beranggapan perempuan yang cantik ialah wanita dengan kulit putih, badan langsing, dan rambut panjang.

Perasaan tidak puas terhadap bentuk tubuh dan pandang individu tentang kelebihan berat badan menyebabkan remaja putri tidak percaya diri terhadap bentuk tubuhnya. Perubahan psikososial yang terjadi pada remaja membuat remaja ingin terlihat sangat menarik di depan teman sebaya dan orang-orang disekitarnya, karena itu remaja lebih memperhatikan keadaan tubuhnya (Yogi, 2022).

Perilaku makan, terutama pada remaja putri, sering dipengaruhi oleh citra tubuh. Penetapan standar nilai yang tinggi dalam hal penampilan tubuh yang ideal, seperti tubuh kurus yang ideal, dapat meningkatkan ketidakpuasan terhadap tubuh dengan meningkatnya kesadaran akan perbedaan bentuk tubuh yang dimiliki dengan bentuk idealnya. Perilaku makan remaja adalah pola perilaku yang dilakukan oleh remaja dalam memilih, mengonsumsi, dan mengatur makanan untuk memenuhi kebutuhan gizi dan kesehatannya (Fajryani, 2022).

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar tahun 2018, Remaja kurus berusia 16-18 tahun prevalensinya yakni 6,7% sedangkan, remaja gemuk prevalensinya sebesar 9,5%. Prevalensi remaja gemuk di Indonesia mengalami peningkatan dibandingkan tahun 2013, prevalensi gemuk remaja usia 16-18 tahun meningkat sebanyak 2,2%, dan pada remaja kurus relatif mengalami penurunan dibandingkan pada 2013 (RISKEDES, 2018).

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan oleh peneliti di SMK Negeri 2 Gorontalo, diketahui bahwa sebanyak 35 siswa jurusan Kecantikan di sekolah ini sangat memperhatikan penampilan mereka, dengan menjaga pola makan dan menjalankan rutinitas seperti diet dan olahraga teratur. Bagi mereka, penampilan memiliki peran yang sangat penting, khususnya dalam lingkup sosial remaja putri. Permasalahan pada hasil wawancara yang dilakukan peneliti siswi jurusan kecantikan yaitu jika mengalami kenaikan berat badan ataupun memiliki berat badan yang kurang mereka akan melakukan banyak hal untuk memperindah penampilan mereka dan mendorong perilaku makan yang tidak sehat, seperti diet ekstrem atau gangguan pola makan lainnya.

## **METODE PENELITIAN**

### **1. Lokasi dan Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di SMK Negeri 2 Gorontalo, Jalan Drs Achmad Nadjamuddin, Kel. Limba U2, Kec. Kota Selatan, Kota Gorontalo.

### **2. Desain Penelitian**

Jenis penelitian kuantitatif dengan metode penelitian survey analitik menggunakan desain Cross Sectional yang merupakan jenis penelitian yang menekankan terhadap waktu pengukuran variabel yang hanya satu kali pada satu saat. Penelitian ini biasanya dilakukan untuk mengetahui prevalensi, distribusi, atau hubungan antara variabel-variabel tanpa adanya intervensi dari peneliti. Penelitian ini bertujuan untuk memperlihatkan hubungan body image dengan pola makan pada remaja Putri Jurusan Kecantikan di SMK Negeri 2 Gorontalo

### **3. Populasi dan Sampel**

Populasi dalam penelitian adalah seluruh remaja putri jurusan kecantikan di SMK Negeri 2 Gorontalo yang berjumlah 104 orang dan yang menjadi sampel penelitian sebanyak 83 orang yang di ambil berdasarkan teknik simple random sampling. Analisis data menggunakan univariat dan bivariat dengan uji korelasi spearman.

**HASIL DAN PEMBAHASAN****Hasil Penelitian****1. Karakteristik responden****Tabel 1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur Pada Remaja Putri Jurusan Kecantikan Di SMK Negeri 2 Gorontalo**

Umur	n	%
16 Tahun	44	53%
17 Tahun	39	47%
<b>Total</b>	<b>83</b>	<b>100%</b>

Sumber : Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel1 mayoritas remaja putri dalam penelitian ini berusia 16 tahun, yaitu sebanyak 44 orang (53%). Sementara sisanya berusia 17 tahun sebanyak 39 orang (47%). Ini menunjukkan bahwa usia responden relatif homogen, yaitu berada di rentang remaja akhir yang merupakan masa penting dalam pembentukan persepsi terhadap *body image* dan kebiasaan makan.

**Tabel 2 Distribusi frekuensi responden berdasarkan kelas pada remaja putri jurusan kecantikan di SMK Negeri 2 Gorontalo**

Kelas	n	%
10	36	43,4%
11	47	56,6%
<b>Total</b>	<b>83</b>	<b>100%</b>

Sumber : Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 2 sebagian besar responden berasal dari kelas 11 yaitu sebanyak 47 orang (56.6%), sementara responden dari kelas 10 sebanyak 36 orang (43.4%). Ini menunjukkan bahwa Sebagian besar peserta penelitian berada di kelas lanjutan yang memiliki pengalaman sekolah lebih banyak, sehingga memungkinkan memiliki persepsi *body image* yang lebih terbentuk dan pola makan yang lebih stabil dibandingkan kelas 10.

**2. Analisis Univariat****Tabel 3 Hasil Analisis Body Image**

Body Image	n	%
Positif	50	60,2
Negatif	33	39,8
<b>Total</b>	<b>83</b>	<b>100,0</b>

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 3 Setelah dilakukan penelitian menggunakan kuisisioner *Body image* (citra tubuh) kemudian analisis data menunjukkan bahwa responden pada penelitian ini Sebagian besar memiliki *Body Image* (citra tubuh) positif, yaitu sebanyak 50 responden dengan persentase sebesar 60,2%. Distribusi frekuensi *Body Image* (Citra Tubuh) dapat dilihat pada tabel di atas.

**Tabel 4. hasil analisis pola makan pada remaja putri**

Pola Makan	n	%
Kurang	27	32,5
Baik	57	67,5
<b>Total</b>	<b>83</b>	<b>100,0</b>

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 4. Data pola makan responden pada penelitian ini berdasarkan hasil analisis data univariat menunjukkan bahwa responden pada penelitian ini Sebagian besar

memiliki pola makan dengan kategori baik, yaitu sebanyak 56 responden dengan presentase sebesar 67,5%. Distribusi frekuensi pola makan dapat dilihat pada tabel di atas.

### 3. Analisis Bivariat

Tabel 5. Hasil analisis *Body Image* dengan pola makan pada remaja putri

Pola makan	Body Image				Total		P-value
	+		-		n	%	
	n	%	N	%			
Kurang	5	16,7	22	10,7	27	32,5	0,000
Baik	45	33,7	11	22,3	56	67,5	
Total	50	60,2	33	39,8	83	100,0	

Sumber: Data Primer, 2025

Hasil uji korelasi spearman antara variabel *Body Image* dengan Pola makan pada responden 83 responden diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar -0,487 dengan nilai signifikansi p value sebesar 0,000 nilai  $p < \alpha 0,05$  menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara *Body Image* dengan Pola Makan. Arah hubungan bernilai negatif, yang berarti semakin tinggi *Body Image* responden maka semakin rendah pola makannya, begitu pula sebaliknya.

## PEMBAHASAN

### 1. *Body image*

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, dari 83 responden, 50 responden memiliki *Body Image* positif dan 33 responden memiliki *Body Image* negatif. Sehingga mayoritas responden pada penelitian ini memiliki *body image* positif. Hal ini merupakan Sebagian besar remaja putri dalam penelitian ini merasa puas terhadap bentuk dan penampilan tubuh mereka. Kepuasan terhadap *body image* (citra tubuh) dapat berpengaruh terhadap perilaku sehari-hari, kepercayaan diri, serta pola makan yang lebih teratur. Adapun faktor-faktor lain yang membuat remaja putri memiliki *body image* positif, seperti dukungan dari lingkungan sekolah yang dapat membentuk citra diri remaja putri. Pendidikan dan pengetahuan di jurusan kecantikan juga menjadi salah satu faktor yang membantu remaja putri memiliki *body image* positif, dengan memahami cara merawat diri dan meningkatkan penampilan, remaja putri dapat merasa lebih percaya diri dan puas dengan diri mereka sendiri. Namun, masih ada beberapa remaja putri pada penelitian ini yang memiliki *body image* negatif. Hal ini disebabkan oleh tekanan sosial untuk memenuhi standar kecantikan yang tidak realistis. Remaja putri yang memiliki *body image* negatif merasa bahwa mereka tidak dapat memenuhi standar tersebut, sehingga mereka merasa tidak puas dengan penampilan mereka. Adapun mereka yang tidak memiliki pengetahuan yang cukup tentang merawat diri dan meningkatkan penampilan lebih rentan terhadap pengaruh negatif dari media sosial atau lingkungan sekitar. Sering mengalami ejekan atau komentar tidak menyenangkan tentang penampilan mereka dapat membuat remaja putri merasa tidak percaya diri sehingga mereka memiliki *body image* negatif.

Menurut Tylka (2021) *body image* positif bukan hanya ketiadaan *body dissatisfaction* (ketidakpuasan tubuh), tetapi merupakan konstruksi aktif yang mencakup *body appreciation* (menghargai tubuh), internalisasi nilai positif terhadap tubuh, serta resistensi terhadap media dan tekanan sosial. Adapun konsep ini menekankan penghargaan terhadap fungsi tubuh, bukan hanya bentuk atau penampilan, tetapi untuk membantu mengembangkan citra tubuh yang lebih sehat dan positif.

Menurut Alleva (2019) individu membentuk skema kognitif tentang tubuh berdasarkan pengalaman pribadi dan sosial. Skema ini mempengaruhi cara seseorang menilai,

memonitor, dan merespons tubuhnya sendiri. Ketika seseorang sering membandingkan diri dengan standar tidak realistis (seperti media), maka muncul *body dissatisfaction*. Adapun pengaruh utama *body image* negative yaitu orang tua, teman sebaya, dan media. Ketiga factor ini menyebabkan individu melakukan perbandingan sosial dan internalisasi standar kecantikan ideal, yang berujung pada *body image* negatif.

Berdasarkan penelitian yang di lakukan Agustiniingsih (2020) di SMA Nasional Kota Malang menunjukkan bahwa dari 80 responden, didapatkan hasil bahwa Sebagian besar remaja putri mempunyai *body image* positif dengan jumlah 63 (79%) dan remaja putri yang memiliki *body image* negative sebanyak 17 (21%). Dalam penelitian ini sebagian besar remaja putri memiliki *body image* positif artinya remaja putri mampu menerima perubahannya selama masa remaja. Remaja yang memiliki persepsi yang baik terhadap tubuhnya akan mampu beradaptasi dan menerima keadaan fisik sebagai hasil perubahan pertumbuhan dan perkembangan remaja. Sedangkan remaja yang memiliki persepsi yang kurang baik dan adanya tuntutan bahwa penampilan fisik harus sempurna maka remaja tersebut akan memiliki kecenderungan untuk mengalami penurunan *body image satisfaction*.

Hasil penelitian Maharani (2023). yang dilakukan di SMAN 8 Pekanbaru menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki *body image* positif sebanyak 45 responden (56,3%), dan yang memiliki *body image* negatif sebanyak 35 responden (43,8%). *Body image* dapat terbentuk dari beberapa komponen seperti evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan pada bagian tubuh, perubahan bentuk tubuh, dan cara mengkategorikan ukuran tubuh. Remaja yang mendapat dukungan dari teman sebaya memiliki *body image* positif terhadap dirinya. Remaja juga dapat belajar kelompok, melakukan kegiatan ekstrakurikuler Bersama, dan diskusi atau sharing informasi terkait perubahan bentuk tubuh dimasa pubertas.

## 2. Pola makan pada Remaja Putri

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, remaja putri yang memiliki pola makan kurang sebanyak 27 responden dan remaja putri yang memiliki pola makan baik sebanyak 56 responden. Remaja putri yang memiliki pola makan kurang disebabkan oleh tekanan untuk memiliki tubuh ideal dan citra diri yang negatif. Remaja putri merasa bahwa mereka perlu membatasi asupan makanan untuk mencapai bentuk tubuh yang diinginkan, meskipun tidak seimbang dengan kebutuhan nutrisi mereka. Sementara itu, remaja putri yang memiliki pola makan cukup disebabkan oleh kesadaran akan pentingnya gizi dan nutrisi untuk Kesehatan, serta memiliki *body image* yang positif. Remaja putri pada penelitian ini lebih merasa percaya diri dengan bentuk tubuh mereka dan tidak perlu membatasi asupan makanan secara berlebihan. Adapun remaja putri yang memiliki pola makan baik dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti kesadaran yang tinggi akan pentingnya gizi dan nutrisi, *body image* positif dan pengetahuan yang baik tentang cara memasak dan memilih makanan yang seimbang.

Menurutgarbett (2023) bahwa lebih dari sepertiga remaja putri mengadopsi diet ketat atau perilaku makan terganggu (*restrict, skipping meals*), Pola makan kurang muncul Ketika asupan energi secara kronis tidak memenuhi kebutuhan fisiologis. Remaja putri yang melewatkan sarapan, membatasi jumlah makan, atau menolak kelompok makronutrien seperti protein atau lemak. Penyebab langsung pola kurang seringkali adalah perilaku diet restriktif, puasa berkepanjangan (>16 jam/hari), atau konsumsi makanan rendah energi. Sementara itu penyebab tidak langsung seperti literasi gizi rendah, tekanan teman sebaya/media, atau keterbatasan ekonomi yang di modelkan oleh *UNICEF Conceptual framework on determinants of maternal and child nutrition* (2020) menjelaskan akar struktural dari masalah ini.

Berdasarkan penelitian (Siswadi, 2020) yang dilakukan di SMPN 16 Semarang menunjukkan bahwa responden pada penelitian ini sebagian besar memiliki pola makan kategori cukup baik, yaitu sebanyak 43 responden dengan presentase sebesar 53,75%. Hasil tersebut dapat dilihat dari pemilihan jenis makanan responden. Responden pada umumnya telah mengonsumsi makan tiga kali dalam sehari disertai dengan konsumsi makanan yang beragam mulai dari karbohidrat, protein, serta lemak. Adapun responden juga telah memperhatikan jumlah porsi dalam konsumsi makannya. Remaja yang memiliki citra tubuh negatif karena mereka tidak yakin dan senang dengan penampilan mereka saat ini sehingga mereka perlu memulai pola makan untuk menjadi lebih kurus dan mendapatkan bentuk tubuh yang ideal kemudian ini mempengaruhi pola makan

Hasil penelitian yang dilakukan (Damayanti, 2022) pada remaja putri di SMA Negeri 3 tambun selatan Hubungan body image dengan pola makan pada remaja putri diketahui sebagian besar remaja putri memiliki pola makan tergolong tidak baik yaitu sebanyak 43 responden (74,1%). Dapat diketahui bahwa pola makan tidak baik disebabkan oleh jenis makan responden masih ada yang jarang mengonsumsi makanan utama, dan jumlah makan responden masih ada yang tergolong kurang, serta frekuensi makan responden masih ada yang melewatkan waktu makannya, sehingga pola makan remaja tergolong tidak baik yang jika berlangsung dalam kurun waktu panjang akan berdampak pada status gizinya. Dilihat dari jenis makanan sebagian besar remaja putri memiliki jenis makan tergolong baik (93%), disebabkan karena remaja putri mengonsumsi makanan yang beranekaragam baik itu sumber karbohidrat, protein hewani, nabati, sayur, sertabuah. Namun ditemukan beberapa remaja putri dengan jenis makanan tidak baik, disebabkan karena responden belum mengonsumsi makanan yang beragam, kebanyakan responden tidak mengonsumsi sayur dan buah, cenderung mengonsumsi makanan yang disukainya saja dengan jenis yang tidak beragam.

### 3. Hubungan *body image* dengan pola makan pada remaja putri

Hasil uji korelasi spearman antara variable *Body Image* dengan Pola makan pada responden 83 responden diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar -0,592 dengan nilai signifikansi (p-value) sebesar 0,000 nilai  $p < 0,01$  menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara *Body Image* dengan Pola Makan pada remaja putri jurusan kecantikan di SMK Negeri 2 Gorontalo. Arah hubungan bernilai negatif, yang berarti semakin tinggi *Body Image* responden maka semakin rendah pola makannya, begitu pula sebaliknya. Mayoritas responden memiliki *body image* positif dengan pola makan baik yaitu sebanyak 45 responden. Remaja putri yang memiliki *body image* positif cenderung memiliki pola makan yang baik dan seimbang. Namun, masih ada 5 responden yang memiliki *body image* positif dengan pola makan kurang. Penyebab dari remaja putri yang memiliki *body image* positif tetapi memiliki pola makan yang kurang yaitu salah satunya faktor kebiasaan diet yang tidak sehat, pengaruh tren media sosial, dan kurangnya pengetahuan gizi yang benar.

Sementara itu, remaja putri yang memiliki *body image* negative cenderung memiliki pola makan yang kurang seimbang yaitu sebanyak 22 responden. Hasil ini menunjukkan bahwa *body image* memiliki peran penting dalam menentukan pola makan remaja putri. Remaja putri yang memiliki *body image* positif cenderung memiliki pola makan yang seimbang, sedangkan remaja putri yang memiliki *body image* negatif cenderung memiliki pola makan yang kurang seimbang.

Jurusan kecantikan memiliki keterkaitan yang erat dengan penampilan fisik melalui kegiatan belajar yang mereka jalani. Kegiatan belajar tersebut menuntut mereka untuk memperhatikan estetika wajah dan tubuh secara intens, sehingga mereka lebih sering terpapar pada standar kecantikan yang berlaku di masyarakat maupun yang dipengaruhi media sosial. Standar kecantikan dapat mempengaruhi *body image*, baik secara positif misalnya dengan mendorong rasa percaya diri maupun negatif, seperti menimbulkan

ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh.

Sikap positif terhadap penampilan, tidak secara langsung mengevaluasi apakah remaja menerima makan seimbang atau tertib makan. Banyak remaja puas dengan tubuhnya yang “tipis” tetapi tetap membatasi asupan kalori guna mempertahankan bentuk ideal, yang menyebabkan defisit energi kronik (*chronic energy deficiency/CED*) dan kekurangan zat gizi penting seperti protein dan zat besi. *Body appreciation* bisa muncul sebagai cinta akan kelangsingan, bukan cinta untuk Kesehatan. dengan internalisasi ideal tipis (*internalization of thin-ideal*), remaja bisa merasa bangga tetap kurus tapi sekaligus membatasi makan secara ketat untuk menjaga Gambaran tersebut sebagai bentuk idealisasi sosial (Bacevienciene, 2020).

Berdasarkan penelitian (Ningrum et al., 2022) Hasil penelitian dari 174 responden diperoleh sebagian besar yaitu sebanyak 92 responden memiliki citra tubuh positif dan pola makan. Berdasarkan hasil uji *Chi-square* hubungan citra tubuh dengan pola makan remaja putri yaitu p-value (0,01) < sig level (0.05), dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara citra tubuh dengan pola makan. Terdapat hubungan antara citra tubuh dengan pola makan remaja putri di SMK negeri 2 Sukawati. Seseorang dengan citra tubuh positif akan puas dengan tubuhnya, baik itu bentuk maupun ukuran tubuhnya. Remaja putri yang sudah merasa puas dengan keadaan fisiknya atau memiliki citra tubuh yang positif, maka remaja putri tersebut tidak perlu melakukan diet yang ketat untuk mendapatkan citra tubuh yang ideal. Remaja putri yang tidak menyukai keadaan fisiknya, akan merasa ada sesuatu yang kurang pada bagian tubuhnya. Oleh karena itu, seseorang kemudian perlu memperbaiki penampilan mereka melalui diet yang berat untuk mendapatkan citra tubuh yang ideal.

Hasil penelitian dari (Oktapianingsi & Sartika, 2022) pada Remaja putri di SMAN 4 Tambun Selatan menunjukkan Hasil uji statistik menggunakan uji *Chi-Square 2x2* didapatkan data bahwa terdapat 0 sel (0%) mempunyai nilai expected dibawah 5. Nilai p-value 0,019 maka dapat disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara citra tubuh terhadap gangguan makan, dari hasil analisis diperoleh nilai OR = 2,221, maka perempuan dengan citra tubuh negatif memiliki peluang 2,221 kali mengalami gangguan makan dibanding dengan citra tubuh positif. citra tubuh negatif dapat menyebabkan *body dissatis factiondan fear of fatness*. Hal ini dapat menyebabkan pengontrolan bentuk badan yang tidak memadai pada remaja putri. Semakin tinggi rasa ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh mereka (citra tubuh negatif) dapat menyebabkan dampak negatif berupa perilaku makan menyimpan.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Agustiningsih, N., Rohmi, F., & Rahayu, Y. E. (2020). Hubungan Body Image dengan harga diri pada remaja putri usia 16-17 Tahun. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8, 109-115.
- Annisa, C., Sutja, A & Amanah, S. 2023. Hubungan Body Image Dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri Pada Kelas X SMAN 11 Kota Jambi. *Journal Of Social Science Research*, 3(3), 7812-7824.
- Damayanti, E. R. (2022). Hubungan Pola Makan, Aktivitas Fisik, Dan Citra Tubuh Dengan Status Gizi Lebih Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 3 Tambun Selatan. *Indonesian Journal of Health Development*, 4(1), 35-45. <https://doi.org/10.52021/ijhd.v4i1.69>
- Fajryani, N. 2022. Hubungan Persepsi Citra Tubuh (Body Image) dengan Perilaku Makan Remaja Putri di SMA Negeri 1 Watampone. Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Hasanuddin Makassar, 1-55.
- Maharani, D. S., Nasichah, N., Hanifa, A., & Hilalludin, M. H. (2023). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Penyesuaian Diri Pada Remaja. *Jurnal Ilmu Sosial, Humaniora Dan*

- Seni, 2(2), 46-52. <https://doi.org/10.62379/jishs.v2i2.1260>
- Ningrum, N. M. C. N., Susanti, N. L. P. D., & Dewi, K. A. P. D. (2022). Hubungan Citra Tubuh Dengan Pola Makan Remaja Putri Di SMK Negeri 2 Sukawati. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, 6(2), 107-111. <https://doi.org/10.37294/jrkn.v6i2.427>
- Oktapianingsi, & Sartika, A. N. (2022). Hubungan Antara Citra Tubuh Dengan Kejadian Gangguan Makan Pada Remaja Putri. *Jurnal Mutiara Kesehatan Masyarakat*, 7(2), 101-107. <https://doi.org/10.51544/jmkm.v7i2.3526>
- Rakhman, A., Budi Prastiani, D & Khasanah, U. 2023. Hubungan Body Image Dengan Pola Makan Remaja Putri. *Blantika: Multidisciplinary Journal*, 1(1), 106-113.
- RISKEDES 2018. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia
- Siswadi, F. K. D. (2020). Hubungan Citra Tubuh, Pola Makan, dan Pengetahuan Gizi Seimbang dengan Status Gizi Siswi di SMA Yasmu Manyar Kabupaten Gresik. *Ghidza Media Journal*, 2(1), 10-11. <http://eprints.umg.ac.id/4640/>
- Ni Komang, 2022. Skripsi Hubungan Body Image Dengan Pola Makan Dan IMT Pada Remaja Putri Di SM Dwijendra. Ni Komang Ayu Sawitri Yogi, 1-111.