

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN BODY IMAGE AND EATING BEHAVIOUR AMONG ADOLESCENTS IN HANG TUAH 4 SENIOR HIGH SCHOOL SURABAYA

EVAN CAHYA WIDYADHANA

202102027

Adolescence is characterized by physical and psychological changes that can significantly impact how adolescents perceive their bodies. Dissatisfaction with body shape can lead to negative body image and increase the risk of unhealthy eating behaviors. A phenomenon found among students in SMA Hang Tuah 4 Surabaya is that some adolescents are dissatisfied with their body shape, perceive themselves as overweight, and engage in dieting to achieve their desired body image. This research aims to identify the relationship between body image and eating behavior among adolescents in SMA Hang Tuah 4 Surabaya. The sample consisted of 72 eleventh-grade students in SMA Hang Tuah 4 Surabaya, selected using proportional random sampling based on inclusion criteria. The instruments used were the MBSRQ-AS questionnaire for body image and the EAT-26 for eating attitudes and behaviors. The results showed that 67% had positive body image and 53% were at risk of developing eating disorders. The Chi-Square test yielded a p-value of 0.000, indicating a significant relationship between body image and eating behavior, with an odds ratio of 33. This means adolescents with negative body image were 33 times more likely to develop eating disorders. Education with local health center is recommended for students experiencing issues with body image and eating behavior.

Keywords : Body Image, Eating Behavior, Adolescents

ABSTRAK

HUBUNGAN CITRA TUBUH DENGAN PERILAKU MAKAN PADA REMAJA DI SMA HANG TUAH 4 SURABAYA

EVAN CAHYA WIDYADHANA

202102027

Masa remaja ditandai dengan perubahan fisik dan psikologis yang dapat mempengaruhi cara remaja memandang tubuhnya. Ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh dapat menimbulkan citra tubuh negatif dan beresiko menyebabkan perilaku makan yang tidak sehat. Fenomena yang ditemukan di SMA Hang Tuah 4 Surabaya terdapat sejumlah remaja merasa tidak puas dengan bentuk tubuh yang dimiliki, menilai bentuk tubuh yang terlalu gemuk sehingga melakukan diet untuk memperoleh bentuk tubuh yang diinginkan. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengidentifikasi hubungan citra tubuh dengan perilaku makan pada remaja di SMA Hang Tuah 4 Surabaya. Penelitian ini menggunakan desain korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 72 siswa-siswi kelas XI di SMA Hang Tuah 4 Surabaya yang dipilih menggunakan teknik *proportional random sampling* berdasarkan kriteria inklusi. Instrumen yang digunakan yaitu kuesioner MBSRQ-AS untuk citra tubuh dan EAT-26 untuk perilaku makan. Analisis data menggunakan uji *Chi Square* dengan tingkat signifikansi 0,05. Hasil penelitian menunjukkan 67% citra tubuh positif dan 53% beresiko mengalami gangguan makan. Hasil uji statistik *Chi Square* didapatkan nilai $p = 0,000$ yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara citra tubuh dan perilaku makan dengan *odds ratio* sebesar 33 yang berarti remaja dengan citra tubuh negatif beresiko 33 kali mengalami gangguan makan. Edukasi dengan puskesmas setempat direkomendasikan bagi siswa-siswi yang mengalami masalah dengan citra tubuh dan perilaku makan.

Kata Kunci : Citra Tubuh, Perilaku Makan, Remaja