

HUBUNGAN *BODY IMAGE* DAN PENGETAHUAN GIZI DENGAN
PERILAKU MAKAN REMAJA PUTRI (STUDI KASUS DI KELAS X DAN XI
SMAN 4 SEMARANG)

Artikel Penelitian

Disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi pada

Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro



Disusun oleh :

KARTIKA SETYORINI

G2C006031

PROGRAM STUDI ILMU GIZI FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS DIPONEGORO
SEMARANG
2010

THE CORRELATION BETWEEN BODY IMAGE AND KNOWLEDGE ON NUTRITION WITH THE EATING BEHAVIOR OF FEMALE ADOLESCENTS (CASE STUDY IN X AND XI SENIOR HIGH SCHOOL 4, SEMARANG)

Kartika Setyorini*, Yekti Wirawanni**

Abstracts

Backgrounds: In comparison with other age segments, eating on inadequate nutrition is most common problem that is experienced by female adolescents. Negative body image (dissatisfaction on the form and size of the body) is increasingly frequent amongst female adolescents. Female adolescents usually restrict the consumption of certain type of food in order to maintain an ideal body (sleek). Knowledge on nutrition has caused female adolescents know more about what they should eat and what they should not, and they apply more calculation on the amount on nutrition and the type of foodstuff to be chosen for consumption. The purpose of this study is to find out the correlation between body image and knowledge on nutrition with the eating behavior of female adolescents.

Method: Cross sectional study on 31 female students of X and XI Senior High School 4, Semarang. Sample was collected using proportional stratified random sampling. The inclusion criteria: the student is physically healthy and is not undergoing a diet because of certain disease. Data on body image, knowledge on nutrition and eating behavior was obtained from questionnaire. Data was analyzed using Kolmogorov Smirnov to test for normality and Rank Spearman to test for the correlation between body image and knowledge on nutrition with the eating behavior of female adolescents.

Results: Most of the female adolescents (87.1 %) have not good eating behavior yet, whereas 12.9 % of them already have good eating behavior. 51.6 % of the female adolescents feel satisfied with the form and size of their body, whereas 48.4 % of them feel dissatisfied. The knowledge on nutrition of the female adolescents is categorized as good (51.6 %), adequate (41.9 %) and inadequate (6.5 %). There is significant correlation between body image with the eating behavior of female adolescents ($r = 0.408$; $p = 0.023$) and there is no correlation between knowledge on nutrition with the eating behavior of female adolescents ($r = 0.069$; $p = 0.711$).

Conclusion: There is correlation between body image with the eating behavior of female adolescents.

Keywords: Adolescent, body image, knowledge on nutrition, eating behavior.

* Student of Study Program in Nutritional Science, Faculty of Medicine, Diponegoro University

** Lecturer of Study Program in Nutritional Science, Faculty of Medicine, Diponegoro University

HUBUNGAN *BODY IMAGE* DAN PENGETAHUAN GIZI DENGAN PERILAKU MAKAN REMAJA PUTRI (STUDI KASUS DI KELAS X DAN XI SMAN 4 SEMARANG)

Kartika Setyorini*, Yekti Wirawanni**

ABSTRAK

Latar Belakang : Dibandingkan segmen usia yang lain, makan dengan zat gizi tidak adekuat adalah masalah paling umum dialami oleh remaja putri. *Body image* negatif (ketidakpuasan terhadap bentuk dan ukuran tubuh) semakin sering dijumpai di kalangan remaja putri. Remaja putri biasanya membatasi konsumsi jenis makanan tertentu untuk mendapatkan tubuh ideal (langsing). Pengetahuan gizi membuat remaja lebih mengetahui apa yang seharusnya dan tidak seharusnya mereka makan serta lebih memperhitungkan jumlah zat gizi dan jenis bahan makanan yang dipilih untuk dikonsumsi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *body image* dan pengetahuan gizi dengan perilaku makan remaja putri.

Metode : Studi *cross sectional* pada 31 siswi kelas X dan XI di SMAN 4 Semarang. Sampel diambil secara *proportional stratified random sampling*. Kriteria inklusi adalah sehat jasmani dan tidak sedang menjalani diet karena penyakit tertentu. Data *body image*, pengetahuan gizi dan perilaku makan diperoleh dari kuesioner. Analisis data dengan menggunakan *Kolmogorov Smirnov* untuk menguji kenormalan dan *Rank Spearman* untuk menguji hubungan *body image* dan pengetahuan gizi dengan perilaku makan remaja putri.

Hasil : Sebagian besar (87,1 %) remaja putri belum menjalankan perilaku makan yang baik, 12,9 % sudah menjalankan perilaku makan yang baik. Remaja putri yang merasa puas dengan bentuk dan ukuran tubuh yang dimilikinya sebanyak 51,6 %, sedangkan 48,4 % merasa tidak puas. Pengetahuan gizi remaja putri termasuk kategori baik (51,6 %), cukup (41,9 %) dan kurang (6,5 %). Didapatkan hubungan bermakna *body image* dengan perilaku makan remaja putri ($r = 0,408$; $p = 0,023$) dan tidak ada hubungan pengetahuan gizi dengan perilaku makan remaja putri ($r = 0,069$; $p = 0,711$).

Kesimpulan : Ada hubungan *body image* dengan perilaku makan remaja putri.

Kata Kunci : Remaja, *body image*, pengetahuan gizi, perilaku makan.

* Mahasiswa Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro

** Dosen Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro