

ABSTRAK

Nurwati Fatimah

Remaja seringkali merasa tidak puas terhadap penampilan mereka, hal itu menyebabkan persepsi tubuh yang salah (persepsi negatif) dan menimbulkan dorongan remaja tersebut menjadi kurus. Dalam hal ini remaja putri lebih memperhatikan bentuk tubuhnya dibandingkan remaja laki-laki sehingga remaja putri cenderung memiliki persepsi *body image* negatif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan perilaku gizi seimbang, citra tubuh dan status gizi. Jenis penelitian ini menggunakan penelitian observasional dengan desain *cross sectional*. Sampel penelitian ini sebanyak 150 responden, dengan teknik *purposive sampling*. Variabel perilaku gizi seimbang diukur menggunakan *Body Shape Questionnaire*, sedangkan citra tubuh menggunakan kuesioner. Analisis data menggunakan *Fisher Exact*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat 93,3% perilaku gizi seimbang cukup dan 85,4% citra tubuh positif dengan status gizi normal. Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku gizi seimbang dengan status gizi ($p= 0,001$), dan terdapat hubungan yang signifikan antara citra tubuh dengan status gizi ($p= 0,001$) remaja putri di SMP Daya Utama Kota Bekasi.

Kata Kunci : Perilaku gizi, Citra Tubuh, Status Gizi, Remaja Putri

ABSTRACT

Nurwati Fatimah

Teenagers often feel dissatisfied with their appearance, it causes a false perception of the body (negative perception) and raises the adolescent's encouragement to become thin. In this case the young women pay more attention to their body shape than the teenage boys so that young women tend to have a negative body image perception. The study aims to determine the relationship of balanced nutritional behavior, body image and nutritional status. This type of research uses observational research with cross sectional design. This research samples a total of 150 respondents, with purposive sampling techniques. Balanced nutritional behavior variables are measured using Body Shape Questionnaire, while the body image uses questionnaires. Data analysis using the Fisher Exact. The results showed that there were 93.3% of adequate balanced nutritional behavior and 85.4% of positive body image with normal nutritional status. The conclusion of this study is that there is a significant relationship between balanced nutritional behavior with nutritional status ($p = 0.001$), and there is a significant relationship between the body image and nutritional status ($p = 0.001$) of the young woman at the main Daya of Kota Bekasi.

Keywords: nutritional behaviour, body image, nutritional Status, young women