

Pengaruh persepsi tubuh ideal bagi remaja putri terhadap pola makan

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20361928&lokasi=lokal>

Abstrak

Remaja merupakan salah satu fase perkembangan manusia, dimana pada masa ini perubahan fisik terjadi dengan sangat cepat. Dalam perkembangannya remaja cenderung fokus pada konsep diri dan penerimaan bentuk tubuh. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh persepsi tubuh ideal remaja putri terhadap pola makan yang mereka terapkan, Penelitian ini menggunakan instrumen berupa kuesioner yang berisi pertanyaan tentang persepsi tubuh ideal dan pola makan. Jumlah sampel sebanyak 43 orang yang diperoleh melalui metode simple random sampling, dimana peneliti melakukan pemilihan secara acak dan sederhana melalui penunjukan secara langsung. Analisa data dilakukan dengan menggunakan uji Chi-square dengan tingkat kemaknaan 0,05. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata karakteristik bentuk tubuh remaja putri termasuk kategori normal dan 48,8 % responden menerapkan pola makan yang normal pula. Tidak ada pengaruh yang bermakna antara persepsi tubuh ideal bagi remaja putri terhadap pola makan mereka ($P=0,073$). Hasil ini menunjukkan bahwa persepsi tubuh ideal yang terbentuk oleh remaja putri tidak begitu mempengaruhi mereka dalam menerapkan pola makan. Banyak faktor lainnya yang mempengaruhi, baik internal maupun eksternal. Oleh karena itu penting sekali untuk lebih menggali faktor-faktor tersebut agar dapat mengetahui lebih banyak tentang hal apa saja yang dapat mempengaruhi pola makan remaja putri sehingga akan bermanfaat untuk kepentingan ilmu pengetahuan khususnya terkait gizi remaja.