

# Hubungan Citra Tubuh dan Faktor Lainnya dengan Perilaku Penurunan Berat Badan Pada Siswi SMAN 81 Jakarta 2021 = Association between Body Image and Other Factors with Weight Reduction Behaviors among Female Students of SMAN 81 Jakarta 2021

Adlina Zahrah, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20516337&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

Perilaku penurunan berat badan merupakan perilaku yang sering dilakukan oleh remaja perempuan. Perilaku penurunan berat badan, terlebih jika dilakukan dengan cara yang tidak sehat, dapat menimbulkan berbagai dampak kesehatan atau psikologis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran perilaku penurunan berat badan pada siswi SMAN 81 Jakarta, serta faktor-faktor yang berkaitan dengan perilaku penurunan berat badan. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain studi cross-sectional yang dilakukan pada 157 siswi kelas X dan XI. Variabel dependen yang diteliti adalah perilaku penurunan berat badan. Variabel independen yang diteliti yaitu citra tubuh, pengetahuan gizi, pengaruh keluarga, teman sebaya, dan media sosial. Pengumpulan data dilakukan melalui pengisian kuesioner yang dipantau secara daring pada bulan April 2021. Hasil penelitian menunjukkan 63,1% responden melakukan penurunan berat badan dalam 6 bulan terakhir. Didapatkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara citra tubuh, pengaruh keluarga, dan pengaruh tekanan media sosial dengan perilaku penurunan berat badan. Faktor dominan dari kejadian perilaku penurunan berat badan adalah media sosial. Sehingga disarankan pemberian edukasi gizi pada remaja dan orang tua mengenai pengetahuan perilaku penurunan berat badan, serta promosi gizi melalui media sosial.

.....Weight Reduction Behaviors (WRBs) are common behaviors among adolescent girls. WRBs, especially using unhealthy practices, can result in various negative health and psychological impact. The aim of this study is to determine the prevalence of WRBs among female students at SMAN 81 Jakarta, and the factors related to it. This study used quantitative method with cross-sectional design and conducted on 157 female students in grade X and XI. The dependent variable studied was weight loss behavior. The independent variables studied were body image, nutritional knowledge, influence of family, peers, and social media. Data was collected through filling out a questionnaire that was monitored online in April 2021. The results showed that 63.1% of respondents had lost weight in the last 6 months. It was found that there was a significant relationship between body image, family influence, and the social media pressure influence with WRBs. The dominant factor among variables is social media. Therefore, the author suggests nutrition education to adolescent girls and parents about weight reduction behavior and intervention through social media.