

HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN POLA MAKAN PADA SISWA REMAJA DI MA (MADRASAH ALIYAH) YAYASAN PONDOK PESANTREN TAHFIDZUL QUR'AN MATLA'UL HUDA

THE CORRELATION BETWEEN BODY IMAGE AND DIET IN ADOLESCENT STUDENTS AT MA (MADRASAH ALIYAH) YPPTQ MATLA'UL HUDA

Asri Rahmawati¹, Idayati², Balqis Alba Fadillah³

^{1,2,3}Faculty Of Health University of Muhammadiyah Pringsewu Lampung

Email Correspondence: bela_asri76@yahoo.com

Abstrack: The Corelation Of Adherence To Taking Medications With Recurrence In The Correlation Between Body Image And Diet In Adolescent Students At Ma(Madrasah Aliyah) Ypptq Matla'ul Huda. Physical changes seem to be something that teenagers experience. This growth and development causes teenagers to often experience dissatisfaction with their bodies, which encourages teenagers to have an ideal body. Many teenagers want to change their body shape by reducing food portions and going on a diet so that they can influence unhealthy eating patterns. The aim of this research is to find out whether there is a correlation **between** body image and eating patterns of teenagers in class XII at MA YPPTQMH Ambarawa in 2024. The design of this research is correlation analytic with a cross-sectional approach. The population in this study was 67 class Data is collected through questionnaires and measurements; The analysis test is used via the chisquare test. Analysis in this research using the chis-quare test obtained a p-value = $0.000 < 0.05$, it can be concluded that there is a relationship between body image and the eating patterns of class broader and adds other factors such as family, peers and mass media.

Keywords : *Body Image, Diet, Teen*

Abstrak: Hubungan Body Image Dengan Pola Makan Pada Siswa Remaja Di Ma (Madrasah Aliyah) Yayasan Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Matla'ulhuda. Perubahan fisik tampaknya merupakan hal yang dialami remaja. Pertumbuhan dan perkembangan ini menyebabkan remaja sering mengalami Ketidakpuasan terhadap tubuhnya, yang mendorong remaja untuk memiliki tubuh yang ideal. Banyak remaja yang ingin merubah bentuk tubuhnya dengan mengurangi porsi makan dan melakukan diet sehingga dapat mempengaruhi pola makan yang yang tidak baik. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara citra tubuh dan pola makan remaja di kelas XII di MA YPPTQMH Ambarawa tahun 2024. Desain penelitian ini adalah analitik korelasi dengan pendekatan *crosssectional*. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 67 siswi kelas XII di MA YPPTQMH Ambarawa tahun 2024. Sampel yang digunakan sebanyak 67 responden yang dipilih menggunakan metode sampling probabilitas yang menggunakan tipe total sampling. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan pengukuran; uji analisis digunakan melalui uji *chisquare*. Analisis dalam penelitin ini menggunakan uji *chis quare* didapatkan nilai p-value = $0,000 < 0,05$, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan *body image* dengan pola makan remaja kelas XII di MA YPPTQMH Ambarawa tahun 2024. Bagi peneliti selanjutnya disarankan agar dapat meneli dengan skala yang lebih luas dan menambahkan fakor-faktor lain seperti keluarga teman sebaya, dan media massa.

Kata Kunci : *Body image, Pola makan, Remaja*

LATAR BELAKANG

Remaja merupakan penduduk dalam rentan usia 10-19 Usia remaja adalah masa transisi antara anak-anak dan orang dewasa. (Ardiyansyah, 2022). Selama masa remaja, semua orang pasti akan mengalami pertumbuhan dan perkembangan dengan cara yang berbeda ketika mereka menjadi dewasa. Perubahan yang terjadi selama masa pubertas yaitu perubahan fisik, perilaku, sosio-emosional serta kognitif (Ifdil et al., 2017). Perubahan fisik akan menimbulkan dampak pada psikologis pada

remaja, di mana remaja akan lebih memperhatikan bentuk tubuh, dan selalu berusaha untuk meningkatkan perhatian terhadap bentuk tubuhnya dengan melakukan sesuatu agar penampilan fisiknya lebih baik (Hendarini, 2018).

Masa remaja juga ditandai dengan perubahan fisik dan perubahan sosial yang dapat memberikan dampak terhadap dirinya seperti perhatian terhadap tubuh secara berlebihan. Dalam hal ini, berkaitan dengan *body image*. (Zahra & Shanti, 2021) hal ini biasanya sering dialami oleh perempuan dibandingkan laki-laki. Setiap individu khususnya wanita sangat memperhatikan bentuk tubuh mereka dan lebih sering terjadi kesulitan dalam mengatur pola makan, dan memburuknya citra tubuh, dan perilaku serta kekhawatiran terhadap penampilan. (Robertson et al., 2021) Penilaian yang berlebihan dan tidak puas terhadap ukuran tubuh dikaitkan dengan perilaku yang berhubungan dengan kesehatan, khususnya dengan lebih banyak waktu menatap layar dan kebiasaan tidur yang kurang optimal. persepsi individu, paparan media, pola asuh orang tua, komparasi sosial, dan faktor lingkungan eksternal seperti teman sebaya. Perubahan tersebut dapat berdampak pada rasa tidak yakin remaja terhadap dirinya sendiri dan kemampuan nya.

Anggapan tentang tubuh yang salah pada remaja tersebut dapat menyebabkan rendahnya citra tubuh atau *body image* yang dapat menimbulkan pikiran negatif (Wuisang et al., 2023) yang mengakibatkan Remaja tidak memperhatikan pola makan masalah ini dapat ditemukan pada remaja salah satunya adalah gangguan gizi yang disebabkan oleh pola makan remaja yang tidak sehat oleh karena itu banyak remaja berpikir untuk mengubah bentuk tubuh dengan mengurangi maknya atau diet ketat, diet yang dilakukan remaja ini dapat mempengaruhi pola makan yang tidak sehat seperti tidak makan tepat waktu tidak sarapan hanya memakan camilan saja terlalu banyak (Tan & Ibrahim, 2020).

Bagaimana seseorang makan untuk memenuhi kebutuhan mereka sendiri dikenal sebagai pola makan. dasar fisiologis, para remaja yang lebih banyak menghabiskan waktu diluar rumah melewati waktu makan dan makan atau jajan lebih sering sehingga pola makan nya buruk, yang sering dilakukan remaja yaitu mengkonsumsi makanan cepat saji dan makanan *junk food*, remaja putri juga enggan memakan sayur-sayuran dan buah-buahan (Wuisang et al., 2023).

Menurut data yang ada lebih dari separuh remaja di Indonesia makan buah kurang dari sebulan sekali, lebih dari separuh dari mereka tidak sarapan di rumah, dan sebagian besar dari mereka melewati sarapan mereka (WHO, 2019)

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan *body image* yaitu Jenis kelamin, media massa, hubungan interpersonal. Dan persepsi seseorang dalam mempersepsikan atau memperkirakan ukuran tubuhnya. Perasaan puas atau tidaknya seseorang dalam menilai bagian tubuh tertentu, pengalaman di masa kecil dan remaja terhadap hal-hal yang berkaitan dengan *body image*nya saat ini, khususnya saat pertama kali menstruasi serta perkembangan seksual sekunder yang terkait dengan kejadian penting terhadap *body image* dan juga Sosiokultural dimana masyarakat akan menilai apa yang baik dan tidak baik tidak terkecuali dalam hal kecantikan. Trend yang berlaku di masyarakat berpengaruh terhadap *body image* seseorang. Trend tentang bentuk tubuh ideal dapat mempengaruhi persepsi individu terhadap tubuhnya (FH, 2022).

Pada tanggal 16 November 2023 peneliti melakukan studi pendahuluan dengan melakukan pengumpulan data terkait dengan *body image* dan pola makan siswa Ma (Madrasah Aliyah) Matlaul huda diketahui bahwa jumlah siswa dan siswi di MA (Madrasah Aliyah) adalah 78 siwi dengan melakukan wawancara sederhana terhadap 15 orang siswa. Peneliti mendapatkan 10 dari 15 siswa mengatakan tidak pernah sarapan, makan tidak tepat waktu yaitu kurang dari 3x sehari, dan 5 siswa selalu merasa tubuhnya tidak ideal dan perfect. hasil studi pendahuluan tersebut menunjukkan bahwa 10 dari 15 siswa yang tidak pernah sarapan, makan tidak tepat waktu yaitu 3x sehari, dan tidak pernah

mengonsumsi buah dan sayur memiliki penilaian diri yang negatif seperti merasa penampilannya tidak menarik, tidak percaya diri, dan tidak memperhatikan penampilannya begitupun 5 siswa yang selalu merasa minder dan merasa tidak memiliki tubuh ideal dan perfect.

METODE

Penelitian ini termasuk dalam penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian analitik korelatif menggunakan *cross sectional*. Variabel yang diteliti adalah variabel *independent* yaitu *body image* dan variabel *dependen* adalah polamakan. Baik populasi maupun sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 67 responden dengan siswi kelas XII di MA (Madrasah Aliyah) YPPTQMH Pringsewu Ambarawa tahun 2024. Teknik yang digunakan adalah *non probabiliy sampling* dengan jenis total sampling. Instrument yang digunakan adalah kuesioner. Analisis yang digunakan adalah analisis *univariat* dan analisis *bivariat* menggunakan uji *Chi-Square* dengan SPSS.

HASIL

1. Analisis Univariat

a. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia Remaja Kelas XII Di MA YPPTQMH Ambarawa Tahun 2024

Umur	Frekuensi	Presentase
16	7	10,4
17	60	89,6
Total	67	100,0

Diketahui berdasarkan tabel 4.1 di ketahui bahwa sebagian besar responden beusia 17 yaitu 60 orang 89,6 %

b. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan *Body image*

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Body Image Kelas XII Di MA YPPTQMH Ambarawa Tahun 2024

Body image	Frekuensi	Presentase
Positif	39	58,2
Negatif	28	41,8
Total	67	100,0

Berdasarkan tabel 4.2 di ketahui bahwa sebagian besar responden memiliki body image positif yaitu 39 orang 55,2% di MA YPPTQMH ambarawa

c. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pola Makan

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pola Makan Kelas XII Di MA YPPTQMH Ambarawa Tahun 2024

Pola makan	Frekuensi	Presentase
Baik	36	53,7
Buruk	31	46,3
Total	67	100,0

Berdasarkan tabel 4.3 di ketahui bahwa sebagian besar responden mempunyai pola makan baik 36 responden 53,7% di MA YPPTQMH Ambarawa.

2. Analisa Bivariat

a. Hubungan Antara Gambar Tubuh Dan Pola Makan Remaja Di Kelas XII di MA YPPTQMH ambarawa 2024

Tabel 4. Hubungan Body Image Dengan Pola Makan Remaja Kelas XII di MA YPPTQMH Tahun 2024

Body image	Pola Makan						P- Value	OR
	Buruk		Baik		Total			
	N	%	N	%	N	%		
Positif	27	69,2%	12	30,8%	39	100,0%	0,00	4,846 (1,910- 12,96)
Negatif	4	14,3%	24	85,7%	28	100,0%		
Total	31	46,3%	39	53,7%	67	100,0%		

Berdasarkan tabel 4.6 diketahui bahwa ada 31 (46,3%) responden mempunyai *body image* positif dengan pola makan baik. Sedangkan 24 responden (85,7%) mempunyai *body image* negatif dengan pola makan baik. Hasil uji statistik didapatkan nilai *p-value* 0.000, maka dapat dinyatakan terdapat hubungan antara *body image* dengan pola makan remaja kelas XII di MA YPPTQMH Ambarawa tahun 2024.

PEMBAHASAN

Univariat

a. Usia

Berdasarkan data yang di peroleh mayoritas remaja kelas XII di MA ypptqmh berusia 17 tahun sebanyak 60 responden (89,6). Pada usia ini remaja mengalami perubahan baik secara fisik, psikologis, kognitif, Pada perempuan kepeduliannya terhadap bentuk tubuh sesuai dengan citra tubuh yang diinginkannya, seperti mengevaluasi penampilan fisik dan memikirkan bentuk dan berat tubuh yang di miliknya.

Penelitian ini sejalan dengan Sunaya (2018) menunjukkan bahwa dari 40 jumlah responden di SMA Negeri 2 Sidrap Tahun 2018, Dalam penelitian ini, banyak remaja berusia 16 tahun yang memiliki presentase tertinggi (57,5%), sedangkan responden berusia 17 tahun memiliki presentase terendah (2,5%). karena mereka sedang menempati tingkat kelas X di SMA dan pada usia tersebut remaja sedang mengalami pertumbuhan dan perkembangan bentuk tubuh sehingga menyebabkan mereka lebih fokus untuk memperhatikan penampilan tubuhnya.

b. Jenis Kelamin

Hasil data yang diperoleh berdasarkan jenis kelamin semua jenis kelamin dalam penelitian ini yaitu jenis kelamin Perempuan yaitu 67 responden(100%). Menurut Tatangelo et al. (2015) bahwa perubahan pada masa pubertas yang dialami oleh perempuan dapat menyebabkan penurunan kepuasan citra tubuh. Hal ini dikarenakan satu pertiga dari remaja perempuan tidak puas dengan berat badannya, sedangkan dua pertiga dari remaja Wanita lain nya mengalami ketidakpuasan akan bentuk tubuhnya (Alidia, 2018).

Sejalan dengan penelitian Choiriyah et al., (2019) bahwa dari 60 responden sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 56 responden (60.9%). Pada penelitian ini

semua remaja yang berjenis kelamin perempuan terjadi akibat proses masa pubertas yang dialami remaja kelas XII di MA Ambarawa, dimana perempuan lebih cenderung mengalami pubertas lebih cepat dibanding laki-laki sehingga perempuan lebih banyak mempunyai citra tubuh positif maupun citra tubuh negatif. Jadi peneliti tertarik untuk melakukan penelitian pada remaja Wanita saja.

c. *Body Image* Remaja Kelas XII Di MA YPPTQMH Ambarawa Tahun 2024

Hasil penelitian di MA YPPTQMH ambarawa didapatkan data bahwa lebih banyak remaja kelas XII yang menjaga citra tubuh yang positif dan menjaga pola makan yang sehat yaitu (36) responden (53,7). Penelitian ini senada dengan penelitian yang dilakukan oleh (Pratiwi et al., 2018) yang menyatakan bahwa Gambaran diri remaja putri Di SMAN 24 Kabupaten Tangerang Tahun 2018 dari 101 siswi SMAN 24 Kabupaten Tangerang Tahun 2018 sebanyak 63 responden (62.4%) yang memiliki *body image* positif dan 38 responden (37.6%) yang memiliki *body image* yang negatif. Hal ini diperkuat oleh penelitian Yusinta et al., (2019) bahwa dari 65 responden ada 34 responden (52.3%) yang memiliki *body image* positif. Dalam penelitian ini banyaknya responden yang memiliki *body image* positif karena adanya *self esteem* dan hubungan Pola makan remaja kelas XII di MA Ambarawa tahun 2024.

d. Pola Makan Remaja Kelas XII di MA YPPTQMH Ambarawa

Berada dalam tahap baik, yaitu sebanyak 32 responden (47,8%). Hasil penelitian ini sesuai dengan Nadjamuddin & Dukalang (2022) pada mahasiswi ma'had Al-Jami'ah IAIN Sultan Amai Gorontalo mempunyai pola makan baik sebanyak 21 orang (61,8%) dan mahasiswib yang mempunyai pola makan tidak baik sebanyak 13 orang (38,2%). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ritan et al., (2018) yang menyatakan bahwa pola makan pada mahasiswa obesitas di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Respati Yogyakarta sebanyak 28 orang (62.2%) memiliki pola makan yang baik, sedangkan 17 responden (37.8%) mempunyai pola makan yang buruk.

Bivariat

Hubungan *body image* dengan pola makan remaja kelas XII di MA Ypptomh ambarawa tahun 2024.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan *body image* dengan pola makan remaja kelas XII di MA YPPTQMH tahun 2024 dengan nilai p-value $0.000 < 0.05$. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Choiriyah et al., (2019) bahwa ada hubungan yang bermakna *body image* dengan pola makan pada remaja di SMA N 1 Ungaran Kabupaten Semarang. Penelitian ini dilakukan pada 92 remaja SMAN 1 Ungaran Kabupaten Semarang dan didapatkan nilai pvalue sebesar $0,047 < \alpha (0,05)$, maka dapat disimpulkan ada hubungan yang bermakna *body image* dengan pola makan pada remaja di SMA N 1 Ungaran Kabupaten Semarang. Remaja yang memiliki konsep diri yang baik mampu menerima dirinya apa adanya dan mampu menciptakan pemikiran yang positif terhadap penampilan dan bentuk tubuhnya. Hal ini dapat didukung oleh lingkungan dan orang-orang yang ada disekitar remaja seperti sekolah dan keluarga Pada remaja kelas XII di MA YPPTQMH mempunyai lingkungan sekolah yang lebih unggul dibanding sekolah MA (madrasah aliyah) lain karena MA YPPTQMH sekolah yang dibawah naungan pondok namun di juluki sekolah nya para juara. Julukan tersebut dapat berpengaruh terhadap konsep diri yang baik karena mereka dipandang oleh orang lain mempunyai kecerdasan dan talenta yang unggul dalam pembelajaran umum dan spritualnya, sehingga remaja mempunyai rasa percaya diri yang membuat mereka tidak mengkhawatirkan masalah bentuk tubuh dan pandangan orang lain mengenai bentuk tubuhnya.

Perilaku makan remaja yang buruk pada kelas XII dapat terjadi karena kantin sekolah menyediakan beraneka ragam makanan yang menarik namun tidak bergizi, banyak remaja yang hanya mengonsumsi makanan ringan namun tidak memakan makanan yang mengandung karbohidrat, protein, vitamin, dan serat yang cukup untuk tubuh. Selain itu banyaknya pedagang kaki lima di lingkungan sekolah MA Ypptomh Ambarawa dapat menyebabkan pola konsumsi remaja menjadi tidak sehat dikarenakan jajanan yang diperjual belikan tidak memenuhi aspek gizi.

Penelitian ini sejalan dengan (Carlin Tan & Ibrahim, 2020) yaitu remaja yang mempunyai *body image* negatif tidak mempunyai rasa percaya diri sehingga mereka melakukan diet untuk mendapatkan bentuk tubuh yang ideal sehingga menyebabkan pola makan yang buruk. Namun tidak banyak Karena persepsi tubuh negatif remaja hanya berkaitan dengan ukuran dan bentuk tubuh, tidak mempengaruhi perubahan perilaku, mereka memiliki pola makan yang sehat. (Purwanti & Marlina, 2022).

Peneliti berpendapat bahwa Remaja dengan pola makan sehat dan citra tubuh negatif dapat disebabkan oleh faktor lain seperti media masa, teman sebaya, dan keluarga. Peran orang tua yang mempunyai pendapatan lebih tinggi dan memiliki pengetahuan tentang pemenuhan gizi sangat penting dalam menyiapkan berbagai menu makanan yang sehat dan bergizi. Gizi yang dapat memenuhi kebutuhan selalu dikaitkan dengan perilaku makan yang sehat. Seseorang harus memenuhi enam komponen nutrisi: karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral, dan udara (Ritan et al., 2018).

Menurut pendapat penelitian remaja yang mempunyai citra tubuh yang negatif berarti mereka lebih kurus atau lebih gemuk daripada rata-rata, banyak remaja yang membatasi pola makannya untuk menurunkan berat-badan secara cepat namun hal tersebut dapat dapat menyebabkan pembatasan pola konsumsi remaja karena khawatir terhadap kenaikan bentuk tubuh dan pendapat orang lain tentang tubuhnya. Selain itu Pola makan buruk dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan remaja, penurunan konsentrasi belajar, dan penurunan kesegaran jasmani hingga menyebabkan anemia (Kadek et al., 2021).

SIMPULAN

Karakteristik responden berdasarkan umur responden paling banyak pada umur 18 tahun yaitu 60 responden (89,6). Sebagian besar responden dengan *body image* positif yaitu 37 responden (55,2), sedangkan responden dengan *body image* negatif 30 responden (44,8%) Sebagian besar responden mempunyai pola makan yang buruk yaitu 35 responden (52,2%), sedangkan 32 responden (47,8%) mempunyai pola makan baik. Hasil uji statistik chi-square menunjukkan nilai p-value 0,000 (-0,05), yang menunjukkan hubungan yang signifikan antara hubungan gambar tubuh dan pola makan remaja kelas XII di MA I Pringsewu tahun 2024.

SARAN

Bagi Responden : Hasil dari penelitian ini di harapkan dapat menambah pengetahuan remaja dalam memandang *body image* secara positif sehingga dapat menerapkan pola makan yang baik dan sehat. Bagi tempat penelitian : Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi kepada MA YPPTQMH Ambarawa Pringsewu khususnya para guru unak lasih memperhatikan *body nage* dan pola makan siswi, sehingga dapat meningkatkan *body image* positif dan pola makan yang baik bagi siawi. Bagi institusi : Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan matukan ilmiah dan teoritis, sebagai memacu institusi pendidikan khususnya pada bidang profesi keperawatan untuk mengadakan seminar tentang edukasi terkait *body image* dan pola makan dalam bentuk pembelajaran secara diskusi agar menambah pengetahuan kepustakaan mengenai *body image* dan pola makan remaja bagi remaja

di era pesat nya perkembangan teknologi. Bagi peneliti selanjutnya : Kajian mengenai *body image* dan pola makan ini menarik untuk diteliti karena erat kaitannya dengan bidang keperawatan komunitas. bagi peneliti selanjutnya di arankan agar dapat meneli dengan skala yang lebih luas dan menambahkan fakor faktor lain seperti keluarga teman sebaya, dan media massa.

DAFTAR PUSTAKA

- FH, R. P. (2022). Analisis Dan Penanganan Body Image Negative (Studi KASUS 2 Orang Di SMAN 14 Gowa).
- Tan, C. C., & Ibrahim, I. (2020). Hubungan Body Image Dengan Pola Makan Pada Remaja Putri. *Zona Kebidanan: Program Studi Kebidanan Universitas Batam*, 11(1), 40–45.
- Wuisang, M., Pitoy, F. F., & Mareyke, P. F. (2023). Body Image dan Pola Makan pada Mahasiswi Keperawatan Universitas Klabat. *MAHESA: Malahayati Health Student Journal*, 3(5), 1372–1386.
- Asnuddin, A., & Sanjaya, S. (2018). Hubungan tingkat kecemasan dan body image dengan pola makan remaja putri di SMA Negeri 2 Sidrap. *JIKP Jurnal Ilmiah Kesehatan Pencerah*, 7(2), 69–77.
- Bistara, D. N. (2018). Hubungan Pola Makan Dengan Gula Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus. *Jurnal Kesehatan Vokasional (JKESVO)*, 3(1), 29–34.
- Dephinto, Y. (2017). Hubungan body image dengan perilaku diet pada remaja putri tahun 2016 kelas X dan XI SMKN 2 Padang. *Menara Ilmu*, 11(75).
- Dewi, T. R. (2015). STUDI DESKRIPTIF: PERILAKU MAKAN PADA MAHASISWA UNIVSERSITAS SURABAYA. *Calyptra*, 3(2), 1–15.
- Diananda, A. (2019). Psikologi remaja dan permasalahannya. *ISTIGHNA: Jurnal Pendidikan Dan Pemikiran Islam*, 1(1), 116–133.
- Eprillia, D. M. (2022). Hubungan Body Image dengan Perilaku Makan Menyimpang pada Remaja: Sebuah Literature Review. *Jurnal Kesehatan Komunitas Indonesia*, 18(2)
- FH, R. P. (2022). *ANALISIS DAN PENANGANAN BODY IMAGE NEGATIVE (STUDI KASUS 2 ORANG DI SMAN 14 GOWA)*.
- Fitrah, M. (2018). *Metodologi penelitian: penelitian kualitatif, tindakan kelas & studi kasus*. CV Jejak (Jejak Publisher).
- Jiotsa, B., Naccache, B., Duval, M., Rocher, B., & Grall-Bronnec, M. (2021). Social Media Use and Body Image Disorders: Association between Frequency of Comparing One's Own Physical Appearance to That of People Being Followed on Social Media and Body

Dissatisfaction and Drive for Thinness. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(6). [https:// doi.org/10.3390/ijerph18062880](https://doi.org/10.3390/ijerph18062880)

Kurniawati, N. W. W., & Suarya, L. (2019). Gambaran kecemasan remaja perempuan dengan berat badan berlebih. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(02), 280.

Łebek, E., & Knapik, A. (2023). Body Image and Physical Activity and the Diet of Polish Youth Aged 15-18. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(4). <https://doi.org/10.3390/ijerph20043213>

Margiyanti, N. J. (2021). Analisis tingkat pengetahuan, body image dan pola makan terhadap status gizi remaja putri. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 10(1), 231–237.

Muawanah, L. B., & Pratikto, H. (2012). Kematangan emosi, konsep diri dan kenakalan remaja. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 7(1).

Nijhawan, L. P., Janodia, M. D., Muddukrishna, B. S., Bhat, K. M., Bairy, K. L., Udupa, N., & Musmade, P. B. (2013). Informed consent: Issues and challenges. *Journal of Advanced Pharmaceutical Technology & Research*, 4(3), 134.

Novita Sari. (2023). *Hubungan body image dengan pola makan pada remaja kelas 10 di SMA N 1 Pringsewu tahun 2023*. 4, 57.