

HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN PERILAKU MAKAN PADA REMAJA

Oleh
Rovia Gusnelly
Fakultas Psikologi UIN Suska Riau

Abstrak

Saat ini semakin sering dijumpai remaja yang memiliki perilaku makan yang tidak sehat. Hal ini dilakukan agar remaja mendapatkan tubuh ideal, sehingga kadang kala berdampak terhadap asupan gizi di dalam tubuh, salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku makan adalah *body image*. Hipotesis dalam penelitian ini yaitu ada hubungan *body image* dengan perilaku makan pada remaja. Subjek dalam penelitian ini adalah remaja yang berusia antara 12-19 tahun dan berdomisili di Kecamatan Tampan Pekanbaru dengan jumlah sampel sebanyak 60 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan metode *incidental*. Perilaku makan diukur dengan memodifikasi alat ukur *Eating Behavior Patterns Questionnaire* (EBPQ) yang dikembangkan oleh Schlundt, et.al. (2003), dan *Body image* menggunakan alat ukur *Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire* (MBSRQ) oleh Cash, et. al (2000). Metode analisis yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan korelasi *product moment*. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *body image* dengan perilaku makan pada remaja dengan koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar 0,529 dan *probabilitas* $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Remaja yang memiliki *body image* positif akan memiliki perilaku makan sehat dan sebaliknya jika remaja memiliki *body image* negatif maka remaja akan cenderung berperilaku makan tidak sehat.

Kata Kunci: *Body Image*, Perilaku Makan dan Remaja.

UIN SUSKA RIAU