

RELATIONSHIP WITH *BODY IMAGE* IN ADOLESCENT EATING BEHAVIOUR AT THE CLASS XI MUHAMMADIYAH 1 HIGH SCHOOL MAGELANG CENTRAL JAVA YEAR 2010

Ratna Prahesti¹, Suesti, S.Si.T²

Abstract: This study aimed to find out the relationship with *body image* in adolescent eating behaviour class XI Muhammadiyah 1 High School Magelang, Central Java in 2010. This study uses an analytical survey method with type research of correlation. To find the correlation between two variables by using *Chi square* test. Samples in this study amounted to 80 respondents drawn at the quota sampling. The data collection tool is a questionnaire enclosed. Perceptions of *body image* questionnaire consisted of 25 questions and 27 statements of feeding behaviour. The results of this study indicate that there is a significant relationship with *body image* in adolescent eating behaviour class XI Muhammadiyah 1 High School Magelang Central Java in 2010. It is shown from the correlation value *Chi Square* of 0.437 and p of 0.000. Values of $p < 0.05$, which means H_0 is rejected and H_a accepted.

Kata kunci: Penyuluhan kanker payudara, *Leaflet* kanker payudara Minat SADARI

PENDAHULUAN

Masalah gizi masih menjadi masalah kesehatan dunia yang serius. Masyarakat internasional juga semakin khawatir bahwa tujuan *Millenium Development Goals* tidak akan tercapai apabila masalah gizi tidak diatasi. Ini semua disebabkan bahwa masalah gizi merupakan faktor dasar dari berbagai masalah kesehatan terutama pada masa pertumbuhan dan kelompok usia reproduksi khususnya remaja. Dokumen Bank Dunia menyatakan pentingnya memberikan perhatian terhadap kelompok usia reproduksi karena kekurangan gizi pada masa ini sifatnya "*Ir-reversible*" yaitu kekurangan gizi pada masa tertentu tidak dapat pulih (FKM UI, 2007).

Populasi remaja di dunia telah mencapai 1.200 juta jiwa atau sekitar 19% dari total populasi dunia (WHO, 2003). Survey terhadap mahasiswa kedokteran di Perancis membuktikan bahwa 16% mahasiswa kehabisan zat besi sementara 75% menderita kekurangan zat besi. Penelitian lain di Kairo menunjukkan asupan gizi sebagian besar remaja wanita tidak memenuhi kebutuhan yang dianjurkan (Arisman, 2004).

Kelompok usia reproduksi khususnya remaja sangat penting peranannya dalam menentukan kualitas sumber daya manusia yang akan datang. Masalah gizi remaja juga masih menjadi masalah yang besar di Indonesia.

¹ Mahasiswa DIV Bidan Pendidik STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

² Dosen STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

Di Indonesia persentase populasi remaja bahkan lebih tinggi, yaitu mencapai 21% dari total populasi penduduk atau sekitar 44 juta jiwa (BPS, 2003). Secara garis besar sebanyak 44% wanita di Negara berkembang termasuk Indonesia mengalami anemia. Masih tingginya masalah gizi menjadi salah satu masalah kesehatan yang diperhatikan (Aryani, 2010).

Masa remaja dikategorikan sebagai masa rentan karena pada masa remaja terjadi percepatan pertumbuhan dan perkembangan tubuh yang membutuhkan energi dan zat gizi yang lebih banyak dan perubahan gaya hidup dan kebiasaan pangan menuntut penyesuaian masukan energi dan zat gizi (Soetjiningsih, 2004). Pada masa remaja terjadi *grow spurt* yaitu puncak pertumbuhan tinggi badan (*peak high velocity*), puncak pertumbuhan berat badan (*peak weight velocity*), dan puncak pertumbuhan masa tulang (*peak bone mass*) yang menyebabkan kebutuhan gizi pada masa ini sangat tinggi bahkan lebih tinggi dari fase kehidupan lainnya, selain itu kecukupan gizi remaja putri diperlukan persiapan untuk proses reproduksi, serta setiap bulannya remaja mengalami menstruasi sehingga diperlukan gizi yang baik. Remaja Atas dasar berbagai faktor tersebut kebutuhan kalori, protein, dan mikronutrien tertentu perlu ditingkatkan (Almatsier, 2002).

Pada dasarnya intake makanan dipengaruhi oleh dua hal, yaitu faktor eksternal dan faktor internal. Faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar manusia diantaranya peran orang tua, teman sebaya, sosial budaya, media massa. Worthington-

Robert (2000) *cit* tim FKM UI (2007) menyebutkan faktor internal yang mempengaruhi perilaku makan remaja yaitu pengetahuan tentang gizi, *body image*, dan kesehatan. Dalam *journal of school health* oleh Retta R. Evans, 2008 dengan judul "Ecological Strategies To Promote Healthy *Body Image* Among Children" disebutkan bahwa kebiasaan personal anak-anak dan remaja yang terkait dengan citra tubuh yang sehat yang dipengaruhi oleh berbagai faktor-faktor penentu dalam mikro dan *macroenvironment* termasuk sikap dan perilaku makan, olahraga dan penampilan fisik yang dicontohkan orang tua, guru, dan teman, serta kesempatan untuk belajar dari lingkungan sosial.

Perilaku makan yang tidak baik dapat mengganggu metabolisme zat gizi yang diperlukan tubuh. Kekurangan zat besi dapat dapat menimbulkan anemia dan keletihan. Remaja wanita lebih banyak membutuhkan zat besi untuk mengganti zat besi yang hilang bersama darah haid. Dampak negatif kekurangan mineral sering tidak sebelum mencapai usia dewasa. Di sisi lain, ketidakseimbangan antara asupan dan keluaran energi mengakibatkan penambahan berat badan yang tidak terkontrol atau obesitas. Obesitas yang muncul pada remaja cenderung berakibat sampai dewasa hingga lansia. Sementara itu, obesitas merupakan salah satu faktor resiko penyakit degeneratif. Pada kenyataannya tidak semua masyarakat mengetahui tentang perilaku makan yang baik yang dapat memenuhi asupan gizi yang dibutuhkan tubuh (Arisman, 2004).

Dalam penelitian oleh Sri Adiningsih tahun 2008 yang berjudul

“Analisis Bio Psiko Sosial Status Gizi Remaja Awal” menyebutkan bahwa konsep Story dan Alton, 1996 *cit* Adiningsih, 2008 faktor utama yang berpengaruh pada status gizi remaja adalah faktor bio-psiko-sosial berpengaruh pada perilaku makan. Faktor psikologis dibuktikan dengan analisis faktor yang terdiri dari variabel konflik psikis, harga diri dan citra diri. Ditemukan hanya sedikit responden yang merasa tubuh sudah ideal (10,8% perempuan dan 12,2% laki-laki). Ditemukan pula bahwa 22,9% perempuan dan 44,9% laki-laki puas dengan bentuk tubuhnya. Keinginan yang kuat untuk mencapai ukuran *body image* tinggi langsing mendorong responden melakukan upaya meningkatkan frekuensi olah raga dan menjalankan diet.

Seperti hasil uraian penelitian diatas, *body image* mempunyai peranan terhadap perilaku makan remaja. *Body image* adalah gambaran yang kita miliki tentang ukuran, bentuk tubuh, dan aspek-aspek di dalamnya. Dalam Journal education Teena R Gorrow, Susan M Muller dan Sidney R Schneider tahun 2005 dengan judul “*The Relationship Between Perceived Body Size And Confidence In Ability To Teach Among Preservice Teachers*” disebutkan bahwa *body image* seseorang dapat mempengaruhi perasaan dan harga diri, bahkan *body image* yang negatif mengakibatkan perasaan harga diri yang rendah. *Body image* juga dapat mempengaruhi konsep diri, yang meliputi persepsi seseorang tentang karakteristik dan kemampuan, serta evaluasi diri. Secara sederhana, orang-orang yang percaya diri cenderung berfikir positif dan menerima diri mereka sendiri. Di

lain pihak, orang-orang yang kurang percaya diri akan berpikir negatif dan tidak menerima diri mereka sendiri.

Merespon persoalan gizi tersebut pemerintah membuat program Pedoman Umum Gizi Seimbang (PUGS). PUGS pertama kali dibahas pada Widya karya pangan dan gizi V pada April 2003. PUGS berisi 13 pesan yang diharapkan menjadi sarana, pedoman, atau acuan bagi provider dalam pendidikan gizi masyarakat dan sebagai sumber informasi bagi masyarakat untuk berperilaku hidup sehat melalui konsumsi makanan seimbang (Devi, 2004).

Dari data studi pendahuluan yang dilakukan di SMA Muhammadiyah I Magelang tahun 2010 diketahui bahwa dari 100 siswi diketahui 20 siswi dengan berat badan dibawah normal dilihat dari BMI (*Body Mass Index*). Dari 20 siswa tersebut 8 diantaranya mempunyai perilaku makan yang buruk yaitu tidak pernah sarapan pagi dan hanya makan makanan ringan/selingan (snack) karena khawatir terhadap bentuk tubuhnya jika menjadi gemuk, 4 diantaranya makan secara tidak teratur untuk menjaga berat badan karena takut gemuk, 4 diantaranya mengonsumsi makanan ringan/selingan (snack) dengan frekuensi yang sering karena merasa tidak puas dengan berat badannya, dan 4 diantaranya melakukan diet supaya berat badan tidak naik karena merasa tidak nyaman dengan bentuk tubuhnya. Berdasarkan data tersebut peneliti tertarik melakukan penelitian tentang “hubungan *body image* dengan perilaku makan pada remaja putri kelas XI SMA Muhammadiyah 1 Magelang Jawa Tengah tahun 2010”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode *survei analitik* yaitu penelitian yang mencoba menggali bagaimana dan mengapa fenomena kesehatan itu terjadi kemudian melakukan analisis dinamika korelasi antara fenomena, baik antara faktor risiko dengan faktor efek, antar faktor risiko, maupun antar faktor efek (Notoatmodjo, 2002). Jenis penelitian adalah korelasi yaitu penelitian yang dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara dua variabel (Sugiyono, 2002). Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan *Body Image* dengan perilaku makan pada remaja putri kelas XI SMA Muhammadiyah 1 Magelang Jawa Tengah Tahun 2010. Pendekatan waktu yang digunakan adalah *cross sectional*, yaitu suatu penelitian yang mengumpulkan variabel bebas dan variabel terikat pada waktu bersamaan (Notoatmodjo, 2002).

Populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri kelas XI SMA Muhammadiyah 1 Magelang Jawa Tengah yang berjumlah 100 orang dengan kriteria:

- a) Siswi kelas XI SMA Muhammadiyah I Magelang Jawa Tengah
- b) Bersedia menjadi responden
- c) Remaja putri yang dalam keadaan sehat

Teknik pengambilan sampel secara *nonprobability sampling* yaitu *sampling kuota*. *Sampling kuota* adalah teknik untuk menentukan sampel dari populasi yang mempunyai ciri-ciri tertentu sampai jumlah (kuota) yang diinginkan (Sugiyono, 2006). Jumlah sampel diambil dengan berpedoman pada tabel *Krejcie* yaitu dengan populasi

100 maka sampel berjumlah 80. Sampel yang diambil menjadi responden, dan sudah dikendalikan oleh variabel pengganggu.

Pengambilan data dilakukan menggunakan kuesioner yang diserahkan kepada responden yang berisi serangkaian pernyataan tentang variabel bebas dan variabel terikat. Pertanyaan dalam kuesioner bersifat tertutup, jawaban sudah ditentukan dan tidak diberi kesempatan untuk memberi jawaban yang lain.

Uji validitas dan reliabilitas ini dilakukan di SMA Muhammadiyah 2 Magelang Jawa Tengah yang mempunyai karakteristik hampir sama dengan sampel dengan jumlah responden 30 orang.

Untuk $n = 30$ orang, maka r tabel 0,361. Dari hasil uji validitas untuk minat melakukan SADARI sebanyak 28 soal didapatkan 3 butir soal yang tidak sah yaitu butir no 2, 13, dan 21, yang tidak sah dibuang, maka 25 soal yang lainnya dikatakan sah.

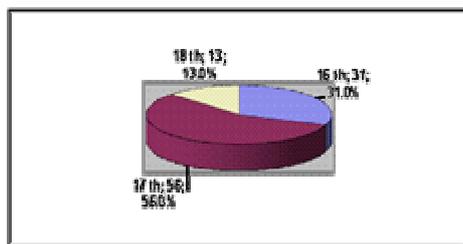
Hasil pengujian statistik validitas untuk kuesioner *body image* dari 30 pertanyaan didapatkan 5 item gugur yaitu item nomor 4, 8, 9, 21, dan 25. Kuesioner perilaku makan dari 30 pernyataan didapatkan 3 item gugur yaitu nomor 17, 28, dan 29. Item yang gugur kemudian tidak diikutkan dalam kuesioner penelitian sehingga kuesioner *body image* berjumlah 25 pertanyaan dan perilaku makan berjumlah 27 pertanyaan.

Hasil pengujian reliabilitas untuk kuesioner *body image* didapatkan nilai koefisien Alpha sebesar 0,957. Kuesioner perilaku makan didapatkan nilai koefisien Alpha sebesar 0,950. Berdasarkan nilai koefisien Alpha untuk kedua kuesioner lebih dari 0,7 maka dapat

disimpulkan kuesioner *body image* dan perilaku makan reliabel atau handal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

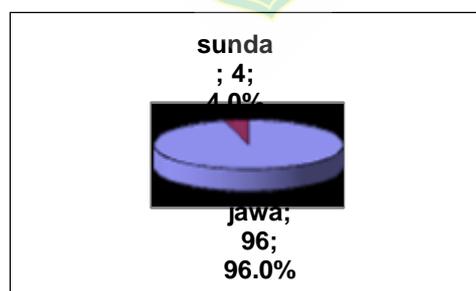
Penelitian dilakukan di SMA Muhammadiyah I Magelang Jawa Tengah pada bulan Juli 2010. Karakteristik umur responden penelitian ini dapat dilihat pada gambar berikut:



Gambar 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

Gambar 1 menunjukkan bahwa responden paling banyak berumur 17 tahun, yaitu 56 responden (56 %). Responden paling sedikit adalah responden yang berumur 16 tahun yaitu 31 responden (31 %).

Karakteristik Responden Berdasarkan Suku Bangsa



Gambar 2 Karakteristik Responden Berdasarkan Suku Bangsa

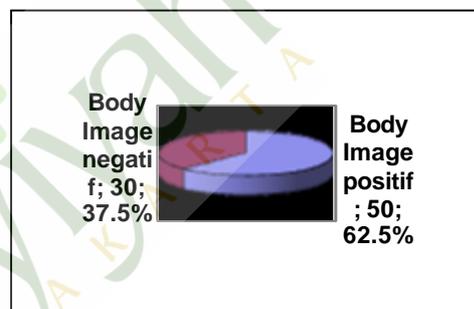
Gambar 2 menunjukkan bahwa responden terdiri dari suku Jawa dan

Sunda. Responden dari suku Jawa yaitu 96 responden (96 %) dan sisanya dari suku Sunda yaitu 4 responden (4 %).

Karakteristik Responden Berdasarkan Agama

Seluruh responden dalam penelitian ini beragama Islam.

Body Image Remaja Putri Kelas XI di SMA Muhammadiyah I Magelang Jawa Tengah Tahun 2010



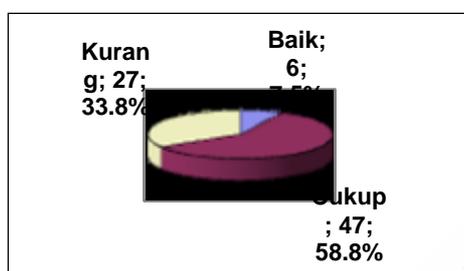
Gambar 3 Body Image Remaja Putri Kelas XI di SMA Muhammadiyah I Magelang Jawa Tengah Tahun 2010

Gambar 3 menunjukkan bahwa responden yang mempunyai *body image positif* yaitu 50 responden (62,5%). Responden yang mempunyai *body image negatif* yaitu 30 responden (37,5%).

Body image remaja putri kelas XI SMA Muhammadiyah I Magelang Jawa Tengah terbentuk karena adanya tingkah laku, pikiran, keyakinan, dan kepercayaan individu tentang keadaan fisiknya. Proses tersebut bisa terjadi dalam lingkup pendidikan formal maupun nonformal, pengalaman, serta sosialisasi yang dapat diperoleh dari diri sendiri atau orang lain. Persepsi dan sikap yang merupakan komponen *body image* tersebut

kemudian ditempatkan dalam bentuk perilaku untuk mengambil keputusan. Persepsi dan sikap tentang *body image* yang dimiliki remaja putri dapat mempengaruhinya untuk mempunyai *body image* positif atau negatif.

Perilaku Makan Remaja Putri Kelas XI di SMA Muhammadiyah I Magelang Jawa Tengah Tahun 2010



Gambar 4 Perilaku Makan Remaja Putri Kelas XI di SMA Muhammadiyah I Magelang Jawa Tengah Tahun 2010

Gambar 4 menunjukkan bahwa responden paling banyak mempunyai perilaku makan kategori cukup, yaitu 47 responden (58,8%). Responden paling sedikit adalah responden yang mempunyai perilaku makan kategori baik yaitu 6 responden (7,5%).

Faktor predisposisi yang mempengaruhi perilaku makan diantaranya pengetahuan tentang makanan, kepercayaan, keyakinan akan perilaku makannya baik atau tidak. Faktor pendukung diantaranya lingkungan fisik seperti sekolah, rumah, dan tempat membeli makanan. Faktor pendorong yaitu adanya sikap dan perilaku petugas kesehatan atau petugas lain yang merupakan *reference* dari perilaku makan remaja misalnya berupa pengetahuan kesehatan tentang perilaku makan.

Perilaku makan remaja putri dipengaruhi oleh banyak faktor. Faktor tersebut terbagi menjadi faktor internal dan eksternal. Faktor eksternal yaitu jumlah dan karakteristik keluarga, peran orang tua, teman sebaya, sosial budaya, media massa, *fast food*, dan pengetahuan gizi. Faktor internal yaitu kebutuhan fisiologi, *body image*, dan kesehatan.

Hubungan *Body Image* dengan Perilaku Makan pada Remaja Putri Kelas XI SMA Muhammadiyah I Magelang Jawa Tengah Tahun 2010

Tabel 1 Hubungan *Body Image* dengan Perilaku Makan pada Remaja Putri Kelas XI SMA Muhammadiyah I Magelang Jawa Tengah Tahun 2010

<i>Body image</i>	Perilaku Makan	
	Baik	
	f	%
<i>Body image</i> negatif	1	1,3
<i>Body image</i> positif	5	6,3
Jumlah	6	7,5

<i>Body image</i>	Perilaku Makan	
	Cukup	
	F	%
<i>Body image</i> negatif	10	12,5
<i>Body image</i> positif	37	46,3
Jumlah	47	58,8

	Perilaku Makan	Kurang	
		F	%
<i>Body image</i>			
<i>Body image</i> negatif		19	23,8
<i>Body image</i> positif		8	10,0
Jumlah		27	33,8

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden mempunyai *body image* kategori positif dengan perilaku makan kategori cukup, yaitu 37 responden (46,3 %). Responden paling sedikit adalah responden yang mempunyai *body image* kategori negatif dengan perilaku makan kategori baik, yaitu 1 responden (1,3 %). Satu responden yang mempunyai *body image* negatif dengan perilaku makan kategori baik dapat disebabkan oleh banyak faktor, terutama oleh variabel pengganggu yang tidak dikendalikan yaitu peran orang tua, teman sebaya, sosial budaya, media massa, *fast food*, dan kebutuhan fisiologi.

Untuk menguji signifikansi hubungan *body image* dengan perilaku makan pada remaja putri kelas XI dilakukan pengujian hipotesis dengan korelasi *Chi Square*.

Hasil pengujian korelasi *Chi Square* pengujian variabel *body image* dengan perilaku makan pada remaja putri kelas XI dengan p sebesar 0,000. Berdasarkan nilai $p < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima sehingga disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara *body image* dengan perilaku makan pada remaja putri kelas XI SMA Muhammadiyah I Magelang Jawa Tengah Tahun 2010.

Berdasarkan nilai koefisien korelasi *Chi Square* sebesar 0,437 maka disimpulkan bahwa hubungan *body image* dengan perilaku makan pada remaja putri kelas XI SMA Muhammadiyah I Magelang Jawa Tengah Tahun 2010 termasuk dalam kategori sedang.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian Berdasarkan analisis data penelitian, maka kesimpulan penelitian ini adalah sebagai berikut: Remaja putri yang mempunyai *body image* positif di SMA Muhammadiyah I Magelang Jawa Tengah Tahun 2010 berjumlah 50 responden (62,5%) dan yang mempunyai *body image* negatif berjumlah 30 responden (37,5%).

Remaja putri yang mempunyai perilaku makan baik berjumlah 6 responden (7,5%), cukup berjumlah 47 responden (58,8%), dan kurang berjumlah 27 responden (33,8%).

Ada hubungan yang signifikan antara *body image* dengan perilaku makan remaja putri Kelas XI SMA Muhammadiyah I Magelang Jawa Tengah Tahun 2010 yang ditunjukkan oleh hasil korelasi *Chi Square* bahwa korelasi sebesar 0,437 dan p sebesar 0,000 dengan nilai $p < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima.

Saran

Bagi SMA Muhammadiyah I Magelang Jawa Tengah dapat lebih meningkatkan mutu pelayanan dan penyuluhan kepada siswa tentang gizi dalam kesehatan reproduksi remaja, terutama perilaku makan remaja serta kaitannya dengan *body image*.

Bagi remaja putri kelas XI SMA Muhammadiyah I Magelang Jawa Tengah dapat mengikuti perkembangan informasi tentang gizi sehingga mempunyai perilaku makan yang baik, mengetahui masalah-masalah gizi yang ada, serta cara mengatasinya.

Bagi tenaga kesehatan khususnya bidan diharapkan dapat lebih meningkatkan pemberian informasi terhadap masyarakat khususnya remaja mengenai gizi dalam kesehatan reproduksi sesuai dengan kewenangan dan standar yang berlaku.

Bagi peneliti selanjutnya hendaknya dapat melakukan penelitian serupa dengan meneliti variabel-variabel lain yang menjadi variabel pengganggu supaya diketahui variabel-variabel mana yang dominan mempengaruhi perilaku makan.

DAFTAR PUSTAKA

Adiningsih, Sri., 2008, *Analisis Bio Psikososial Status Gizi Remaja Awal*, Airlangga University Library, Surabaya. Tersedia dalam: <http://adln.lib.unair.ac.id> [Diakses tanggal 5 April 2010]

Almatsier, S., 2002, *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*, Gramedia Pustaka Utama, Jakarta.

Andea, Raisa., 2009, *Hubungan Antara Body Image Dengan Perilaku Diet Pada Remaja Di SMA Kemala Bhayangkari I Medan*, Fakultas Psikologi, Universitas Sumatera Utara. Tersedia dalam <http://repository.usu.ac.id>

[Diakses tanggal 12 Mei 2010]

Arikunto, S., 2002, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, Rineka Cipta, Jakarta.

Arisman, MB., 2004, *Gizi Dalam Daur Kehidupan*, Penerbit Buku Kedokteran EGC, Jakarta.

Aryani, Ratna ed., 2010, *Kesehatan Remaja Problem dan Solusinya*, Salemba Medika, Jakarta.

Azwar, S. 2005, *Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya*, Pustaka Pelajar, Yogyakarta.

Bardosono, Saptawati., 2006, *Gizi Sehat untuk Perempuan*, Balai Penerbit FKUI, Jakarta.

Brown, J.E., 2005, *Nutrition Trought The Life Cycle*, Thomson Wadswort: USA.

Chaplin, J.P. 2002. *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: P.T. Grafindo Persada.

Departemen Gizi dan Kesehatan Masyarakat FKM UI., 2007, *Gizi dan Kesehatan Masyarakat*, PT Raja Grafindo Persada, Jakarta.

Departemen Kesehatan RI., 2003, *Pedoman Umum Gizi Seimbang (PUGS) Panduan Untuk Petugas*, Direktorat Jendral Bina Kesehatan Masyarakat, Jakarta.

Devi, M., 2004, *Tingkat Pendidikan Ibu Hubungannya Dengan Perilaku Makan dan Status Gizi Siswa Sekolah Dasar*, Makalah Pribadi Falsafah Sains Sekolah Pascasarjana, Institut Pertanian Bogor.

Khomsan, A, 2003., *Pangan Dan Gizi Untuk Kesehatan*, Raja Grafindo Persada Jakarta.

- Laura, Esch & Keith J. Zullig, 2008., *Middle School Students' Weight Perceptions, Dieting Behaviors, And Life Satisfaction*, American Journal of Health Education_39.6 Nov-Dec, p.345(9).
- Melliana, Annastasia., 2006, *Menjelajah Tubuh Perempuan dan Mitos Kecantikan*, PT Lkis Pelangi Aksara, Yogyakarta.
- Notoatmodjo, S., 2002, *Pendidikan Dan Perilaku Kesehatan*, Cetakan Pertama, Rineka Cipta, Jakarta.
- Pratama , Kharisma., 2009, *Hubungan Pengetahuan Tentang Pola Makan Dengan Kejadian Berat Badan Berlebih Pada Usia Remaja (Kelas 3) Di Sma Assalam Surakarta*. Skripsi Thesis, Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Potter, P. A., Perry, A.G., 2005, *Buku Ajar Fundamental Keperawatan*, Penerbit Buku Kedokteran EGC, Jakarta.
- Purwaningrum, Nur Fadjria., 2008, *Hubungan Antara Citra Raga Dengan Perilaku Makan Pada Remaja Putri*, Skripsi thesis, Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Retta R. Evans, Jane Roy, Brian F. Geiger, Karen A. Werner dan Donna Burnett., 2008, *Ecological Strategies To Promote Healthy Body Image Among Children*, Journal of School Health, 78.7 Juli: p.359 (9)
- Riwidikdo, Handoko., 2007, *Belajar Mudah Teknik Analisis Data Dalam Penelitian Kesehatan*, Mitra Cendekia Press, Yogyakarta.
- Soetjiningsih., 2004, *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*, CV Sagung Seto, Jakarta.
- Sugiyono, 2006, *Statistika Untuk Penelitian*, AlfaBeta, Bandung.
- Tresnasari, T. 2001. *Hubungan Citra Raga dan Minat Membeli Kosmetik Pemutih Pada Remaja Putri*. Skripsi (tidak di terbitkan), Fakultas Psikologi UGM, Yogyakarta.
- Teena R. Gorrow, Susan M. Muller dan Sidney R. Schneider., 2005, *The Relationship Between Perceived Body Size And Confidence In Ability To Teach Among Preservice Teachers*, Journal Education, 126,2 :p.364 (10)
- Untari, Romida. 2009. *Hubungan antara Body Image dengan Keterampilan Sosial Siswi Kelas X SMK Negeri 3 Malang*. Skripsi, Program studi Bimbingan dan Konseling, Jurusan Bimbingan Konseling dan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Malang. Tersedia dalam <http://karya-ilmiah.um.ac.id> [Diakses 5 April 2010]
- Virgianto, G dan Purwaningsih, E., 2006, *Konsumsi Fast Food Sebagai Faktor Risiko Terjadinya Obesitas Pada Remaja Usia 15-17 Tahun (Studi kasus di SMUN 3 Semarang)*, Universitas Diponegoro, Semarang. Tersedia dalam

<http://eprints.undip.ac.id>

[Diakses tanggal 5 April 2010].

WHO, 2003, *Adolescent Nutrition A Neglect Dimension*, WHO, Available at <http://www.who.int/nut/ado.htm>. [Accessed 20 April 2010]



STIKES
Aisyiyah
YOGYAKARTA