



**HUBUNGAN CITRA DIRI DAN PERILAKU DIET DENGAN
STATUS GIZI ORANG DEWASA USIA 20-39 TAHUN**

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Persyaratan

Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran



Oleh:

FIO RENTIA APRILIANZA

21701101013

PROGRAM STUDI SARJANA KEDOKTERAN

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS ISLAM MALANG

2022



**HUBUNGAN CITRA DIRI DAN PERILAKU DIET DENGAN
STATUS GIZI ORANG DEWASA USIA 20-39 TAHUN**

SKRIPSI

**Untuk Memenuhi Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran**



Oleh:

FIO RENTIA APRILIANZA

21701101013

PROGRAM STUDI SARJANA KEDOKTERAN

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS ISLAM MALANG

2022

RINGKASAN

Fio Rentia Aprilianza, Fakultas Kedokteran, Universitas Islam Malang, 8 Januari 2022. Hubungan Citra Diri dan Perilaku Diet Dengan Status Gizi Orang Dewasa Usia 20-39 Tahun

Pembimbing 1: dr. Dewi Martha Indria, M.Kes, IBCLC, Pembimbing 2 : dr. Lutfi Rachman, MMRS

Pendahuluan: Pola hidup yang tidak sehat dapat menimbulkan masalah kesehatan yaitu gangguan status gizi., Gangguan status gizi berhubungan dengan perilaku diet, salin itu perilaku diet juga berhubungan dengan citra diri. Pada usia 20-39 tahun masih belum diketahui hubungan citra diri dan perilaku diet dengan status gizi, oleh sebab itu penelitian ini perlu dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan.

Metode: Penelitian ini dilakukan dengan metode *Observasional Analitik* dengan pendekatan *cross sectional* Kuesioner *Multidimensional Body Self Relation Questionnaire – Appearance Scales (MBSRQ-AS)* digunakan untuk pengukuran citra diri. Kuesioner *Dutch Eating Behaviour Questionnaire (DEBQ)* digunakan untuk pengukuran perilaku diet. Pengukuran secara matematis tinggi badan serta berat badan untuk mengetahui Indeks Massa Tubuh serta dikategorikan menjadi normal dan tidak normal. Data dianalisa dengan *Mann-Whitney Kruskal-Wallis* dan *Korelasi Spearman* dengan nilai $p < 0,05$ dianggap signifikan.

Hasil: Didapatkan hubungan yang signifikan antara citra diri dengan status gizi ($p=0,009$), perilaku diet dengan status gizi ($p=0,003$), serta hubungan signifikan citra diri dan perilaku diet ($p=0,015$). Uji korelasi *Spearman* citra diri dengan status gizi dua kategori didapatkan nilai $r -0,050$ ($p=0,334$), perilaku diet dengan status gizi dua kategori $r 0,013$ ($p= 0,801$), serta citra diri dengan perilaku diet $r 0,125$.

Kesimpulan: Citra diri dan perilaku diet berhubungan dengan status gizi berdasarkan kategori indeks masa tubuh, namun tidak ada hubungan pada status gizi berdasarkan dua kategori. Arah korelasi negatif antara citra diri dengan status gizi bermakna bahwa semakin positif citra diri maka status gizi akan semakin rendah atau tidak normal, arah korelasi positif antara perilaku diet dengan status gizi serta citra diri dengan perilaku diet bermakna bahwa semakin tinggi perilaku diet maka status gizi akan semakin normal dan semakin positif citra diri maka perilaku diet akan semakin tinggi

Kata kunci: Citra Diri, Perilaku Diet, Status Gizi Dewasa

SUMMARY

Fio Rentia Aprilianza, Faculty of Medicine, Universitas Islam Malang January 8 2022 Relationship of Physical Self Image and Dietary Behavior with Nutritional Status of Adults in Malang City.

Pembimbing 1: dr. Dewi Martha Indria, M.Kes, IBCLC, Pembimbing 2 : dr. Lutfi Rachman, MMRS

Introduction: An unhealthy lifestyle can cause health problems, namely impaired nutritional status. Nutritional status disorders are related to dietary behaviour, but dietary behaviour is also related to self-image. At the age of 20-39 years, there is still no known relationship between self-image and dietary behaviour with nutritional status. Therefore this research needs to be done to determine whether there is a relationship.

Methods: This research was conducted using the Analytical Observational method with a cross-sectional approach. Multidimensional Body Self Relation Questionnaire – Appearance Scales (MBSRQ-AS) was used to measure self-image. The Dutch Eating Behavior Questionnaire (DEBQ) was used to measure dietary behaviour. Mathematically measurement of height and weight to determine Body Mass Index and categorized into normal and abnormal. Data analyzed by Mann-Whitney Kruskal-Wallis and Spearman correlation with p-value < 0.05 was considered significant.

Results: There was a significant relationship between self-image and nutritional status ($p=0.009$), dietary behaviour and nutritional status ($p=0.003$), and a significant relationship between self-image and dietary behaviour ($p=0.015$). Spearman correlation test of self-image with nutritional status in two categories obtained r value -0.050 ($p=0.334$), dietary behaviour with nutritional status in two categories $r 0.013$ ($p= 0.801$), and self-image with dietary behaviour $r0.125$.

Conclusion: Self-image and dietary behaviour are related to nutritional status based on body mass index categories, but there is no relationship to nutritional status based on the two categories. The direction of the negative correlation between self-image and nutritional status means that the more positive the self-image, the lower the nutritional status. abnormal, the direction of the positive correlation between dietary behaviour and nutritional status and self-image with dietary behaviour means that the higher the dietary behaviour, the more normal nutritional status and the more positive the self-image, the higher the dietary behaviour.

Keywords: Self Image, Diet Behavior, Adult Nutritional Status

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Usia dewasa merupakan masa-masa produktif yaitu ketika tenaga, pikiran dan semangat berada di fase yang tinggi. Individu dikatakan memasuki usia dewasa yaitu ketika berusia lebih dari 19 tahun (*World Health Organization*, 2013). Masa dewasa awal dimulai ketika usia 18 tahun sampai 40 tahun disaat terjadi perubahan fisik, psikologis dan berkurangnya kemampuan reproduktif (Jahja, 2011). Meningkatnya produktifitas ini tidak diikuti dengan pola hidup yang sehat dan dapat menimbulkan masalah kesehatan yang dimulai dari status gizi yang kurang ataupun status gizi yang berlebih. Permasalahan pada status gizi ini juga akan menimbulkan masalah kesehatan seperti hipertensi, diabetes melitus dan penyakit jantung lainnya (Febriani, 2019).

Pada tahun 2016, WHO (*World Health Association*) melaporkan sebanyak 9% usia dewasa di dunia mengalami berat badan kurang, 39% berat badan lebih dan 13% obesitas. Riskesdas (Riset Kesehatan Dasar) melaporkan pada tahun 2018, prevalensi penduduk di Indonesia yang berusia di atas 18 tahun sebanyak 8,5% penduduk tergolong kurus, 13,2% dengan berat badan lebih, dan 20,9% mengalami obesitas. Hasil Riskesdas Provinsi Jawa Timur, prevalensi penduduk diatas 18 tahun sebanyak 9,3% penduduk kurus, 13,7% berat badan lebih dan 22,4% obesitas. Laporan Riskesdas Jawa Timur pada Kota Malang tahun 2018 prevalensi usia dewasa kurus sebanyak 10,19% sedangkan 13,24% tergolong berat badan lebih dan 29,17% obesitas (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan RI, 2018).

Salah satu faktor yang mempengaruhi permasalahan status gizi yaitu perilaku diet (Peltzer and Pengpid, 2011). Hasil penelitian Yunita *et al.* pada tahun 2020 menunjukkan hubungan perilaku diet terhadap status gizi pada 30 responden dengan melakukan pembatasan asupan makan. Perilaku diet dari individu berhubungan dengan ketidakpuasan citra diri yang negatif yaitu adanya kesadaran bahwa dirinya tidak menarik seperti yang diharapkan sehingga mendorong untuk memperbaiki penampilan fisik/diri (Hurlock, 1991).

Individu yang citra dirinya negatif cenderung akan mengalami gangguan makan dan berakibat pada ketidakseimbangan status gizi (Rice, 2002) Menurut hasil penelitian Widianti dan Candra (2012) sebanyak 40,3% responden mengalami ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh (citra diri negatif) tidak hanya terjadi pada subjek dengan kelebihan berat badan saja tetapi juga pada subjek dengan status gizi normal (Widianti and Candra, 2012). Citra diri merupakan konsep individu tentang penampilan fisik diri. Setiap orang memiliki penilaian sendiri terhadap bentuk tubuhnya, seperti orang yang merasa tubuhnya gemuk kenyataannya kurus dan sebaliknya (Cash, 2012).

Akhir-akhir ini di Indonesia fenomena *Korean Wave* atau disebut *Hallyu* merupakan istilah demam Korea yang berhubungan dengan media hiburan Korea Selatan seperti film, drama, musik dan fashion. (Hennida, 2013). Media merupakan faktor yang paling berpengaruh terhadap citra diri. Biasanya media menyajikan gambaran bentuk tubuh ideal yang dapat mempengaruhi citra diri individu dan dampak negatifnya menyebabkan individu akan selalu membandingkan bentuk tubuh dengan tubuh yang ideal (Tresna, Sukanto and Tondok, 2021). Kesenjangan yang jauh antara persepsi terhadap tubuh dengan

gambaran ideal akan mengakibatkan penilaian yang negatif atau citra diri negatif terhadap tubuh (Denich and Ifdil, 2015). Sehingga pada beberapa individu dewasa perhatian terhadap berat badan ini berpengaruh terhadap perilaku diet seperti pembatasan asupan makan yang berlebihan sehingga akan berdampak pada kesehatan (Hardinsyah and Supariasa, 2016). Selain itu perhatian terhadap berat badan juga akan menimbulkan persepsi atau citra diri terhadap tubuh dan persepsi ini akan berpengaruh pada pemilihan konsumsi karena persepsi ini menganggap bahwa asupan makanan yang masuk ke dalam tubuh akan ada pengaruh pada bentuk dan ukuran tubuh nantinya (Intantiyana dan Widajanti, 2018)

Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk menjadikannya sebagai tujuan dari penelitian ini, yaitu mempelajari hubungan citra diri dan perilaku diet individu usia dewasa di Kota Malang.

1.2 Rumusan Masalah

1. Apakah terdapat hubungan citra diri dengan status gizi dewasa di Kota Malang?
2. Apakah terdapat hubungan perilaku diet dengan status gizi dewasa di Kota Malang?
3. Apakah terdapat hubungan citra diri dengan perilaku diet usia dewasa di Kota Malang?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui ada tidaknya hubungan citra diri dan perilaku diet dengan status gizi dewasa di Kota Malang.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. Ada tidaknya hubungan citra dengan status gizi dewasa di Kota Malang
2. Ada tidaknya hubungan perilaku diet dan status gizi dewasa di Kota Malang
3. Ada tidaknya hubungan citra diri dan perilaku diet dewasa di Kota Malang

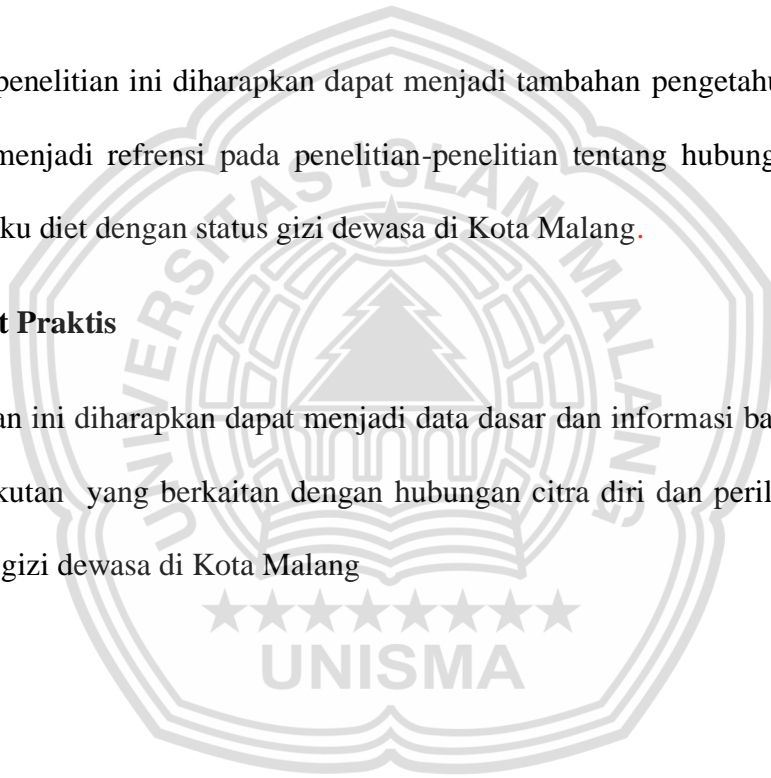
1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan pengetahuan bagi peneliti dan menjadi referensi pada penelitian-penelitian tentang hubungan citra diri dan perilaku diet dengan status gizi dewasa di Kota Malang.

1.4.2 Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi data dasar dan informasi bagi pihak yang bersangkutan yang berkaitan dengan hubungan citra diri dan perilaku diet dengan status gizi dewasa di Kota Malang



BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN

7.1 Kesimpulan

Pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa:

1. Citra diri tidak berhubungan dengan status gizi dewasa di Kota Malang dan semakin positif citra diri maka status gizi akan semakin rendah atau tidak normal.
2. Perilaku diet tidak berhubungan dengan status gizi dewasa di Kota Malang dan semakin tinggi atau baik perilaku diet maka akan semakin baik atau normal status gizinya.
3. Citra diri berhubungan dengan perilaku diet dan semakin positif citra diri maka akan semakin tinggi atau semakin baik perilaku diet.

7.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan dan kesimpulan maka didapatkan beberapa saran sebagai berikut:

1. Seharusnya dilakukan penelitian yang juga mempertimbangkan atau mengukur variabel lain yang berhubungan dengan status gizi.
2. Seharusnya pendapatan responden dikategorikan sesuai dengan UMR (Upah Minimum Regional) di Kota Malang
3. Pada penelitian lanjutan bisa menggunakan proporsi di populasi untuk pengambilan sampel seperti data status gizi dan jenis kelamin.
4. Pada penelitian lanjutan bisa menggunakan analisa dengan metode yang lain seperti analisa jalur untuk mengukur variabel lain.

DAFTAR PUSTAKA

- Agoes D, 2014. Psikologi Perkembangan Dewasa Awal. Jakarta: PT Gramedia Widiasarana
- Alamsyah, D., 2017. Beberapa Faktor Risiko Gizi Kurang dan Gizi Buruk pada Balita 12-59 Bulan (Studi Kasus di Kota Pontianak). *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Komunitas*, 2(1), hal. 46.
- Almatsier, S., 2016. Prinsip Ilmu Gizi Dasar. PT Gramedia Pustaka Utama, Jakarta.
- Andea, R., 2010. Hubungan Antara Body Image dan Perilaku Diet Pada Remaja. Universitas Sumatera Utara. Skripsi
- Arikunto, S., 2010. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta : Rineka Cipta
- Asih, N., 2017. Hubungan Body Dissatisfaction Dengan Perilaku Diet Pada Wanita Dewasa. *Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang*.
- Astini, N. N. A. D. dan Gozali, W., 2021. Body Image Sebagai Faktor Penentu dalam Meningkatkan Status Gizi Remaja Putri. *International Journal of Natural Science and Engineering*, 5(1), hal. 1.
- Azhaar, M. *et al.*, 2020. Relationship Between Body Dissatisfaction, Depression and Anxiety Among Young Adults. *International Journal of Social Sciences*, IX(2).
- Azwar, S., 2009. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan RI., 2018a. Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar. *Kementerian Kesehatan RI*, hal. 1–582.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan RI., 2018b. *Laporan Provinsi Jawa Timur Riskesdas 2018, Kementerian Kesehatan RI*.
- BKM, D., 2002. *Pedoman Wilayah Setempat - Gizi (PWS - Gizi)*. Dirjen Bina Kemasyarakatan.
- Cahyaningrum, H., 2013. Hubungan Antara Body Image Dengan Status Gizi Pada Remaja Putri Kelas Xi Ips Di Sma Batik 1 Surakarta .
- Carroll, A. dan Spangler, D. L., 2001. A Comparison of Body Image Satisfaction among Latter-day Saint and Non-Latter-day Saint College-Age Students. *Issues in Religion and Psychotherapy*, 26(801), hal. 6–18.
- Cash, T. F., 2012. *Body Image Assesment*. Tersedia pada: <http://www.body-images.com/assessments/mbsrq.html> (Diakses: 22 Juni 2021).
- Dahlan, S., 2015. Statistik Untuk Kedokteran dan Kesehatan : Deskriptif, Bivariat,

- dan Multivariat Edisi 6. Jakarta: Epidemiologi Indonesia.
- Denich, A. U. dan Ifdil, I., 2015. Konsep Body Image Remaja Putri. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 3(2), hal. 55.
- Febriani, R. T., 2019. Body Image Dan Peran Keluarga Remaja Status Gizi Lebih Di Kota Malang. *Jurnal Informasi Kesehatan Indonesia*, 5(2), hal. 72–78.
- Fitri, R. P., 2018. Pengaruh Teman Sebaya, Pengetahuan, Media Masa Terhadap Perilaku Diet Mahasiswa Stikes Payung Negeri Pekanbaru. *Jurnal Endurance*, 3(1), hal. 162.
- Germov, John & Williams, L., 2009. *A Sociology of Food & Nutrition. The Social Appetite*. New York: Oxford University Press; 2009.
- Hardinsyah dan Supriasa, I. D. N., 2016. Ilmu Gizi Teori & Aplikasi. Buku Kedokteran ECG.
- Hennida, C., 2013. Corporate Strategies in the Spread of Hallyu (Korean Wave) in Indonesia. *Mozaik*, 13(2), hal. 117–125.
- Huber, B. C. *et al.*, 2021. Altered Nutrition Behavior During COVID-19 Pandemic Lockdown In Young Adults. *European Journal of Nutrition*, 60(5), hal. 2593–2602.
- Hurlock, E. B., 1991. Masa - Masa Remaja. *Psikologi Perkembangan*, hal. 205–243.
- Husna, N. L., 2013. Hubungan antara Body Image dengan Perilaku Diet. *Developmental and Clinical Psychology*, 2(2), hal. 44–49.
- Ismayanti, D., 2019. Hubungan Persepsi Bentuk Tubuh, Gangguan Makan, Pengetahuan Gizi Dan Asupan Makanan Dengan Status Gizi Pada Remaja Putri Di Sanggar Ayodya Pala. 4(2), hal. 74–84.
- Jahja, Y., 2011. Psikologi Perkembangan. Jakarta: Prenada Media
- Junaz, N. S., 2015. Hubungan Perilaku Konsumsi Makanan Dengan Status Gizi Pns Bappeda Kabupaten Langkat Tahun 2015. Sripsi. Universitas Sumatera Utara Medan.
- Kaharina, A. *et al.*, 2021. Penurunan Aktivitas Fisik dan Peningkatan Status Gizi Selama Pandemi Covid-19 Pada Mahasiswa Olahraga Decrease in Physical Activity and Improved Nutritional Status During The Covid-19 Pandemic in Sports Students. .
- Kemenkes RI., 2014. Pedoman Gizi Seimbang. Jakarta: Direktorat Jendral Bina Gizi Dan Kesehatan Ibu Dan Anak.
- Kemenkes RI., 2017. Bahan Ajar Gizi Gizi Dalam Daur Kehidupan. Tahun 2017. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

- Kurniasari, N., 2016. Hubungan antara Body Dissatisfaction dengan Perilaku Diet pada Wanita Dewasa Awal. *Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya*, hal. 20–56.
- Kusumajaya, N., Wiardani, N. dan Juniarsana, I., 2008. Persepsi Remaja terhadap Body Image Kaitannya dengan Pola Konsumsi Makan,” *Jurnal Skala Husada*, 5(2) hal 114-125
- Kusumawardani, W. dan Farapti, F., 2020. Hubungan Perilaku Diet Dengan Massa Lemak Tubuh Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 5 Surabaya. *Amerta Nutrition*, 4(1), hal. 65.
- Leary, R Mark; Tangney, J. P., 2012. Handbook of Self and Identity. *The Guildford Press New York*.
- Majid, M., Suherna dan Haniarti., 2018. Perbedaan Tingkat Pengetahuan, Body Image, Asupan Energi, Dan Status Gizi Pada Mahasiswa Gizi Dan Non Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Parepare. *Jurnal Ilmiah Manusia dan Kesehatan*, 1(1), hal. 24–32.
- Makalu, E. L., 2017. Hubungan Pengetahuan dan Perilaku Diet Penurunan Berat Badan Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UKSW Salatiga. Skripsi. UKSW Salatiga.
- Margaretta, A. dan Rozali, Y. A., 2018. Perbedaan Body Image Ditinjau Dari Jenis Kelamin Pada Anggota Clark Hatch Fitness Center. *Fakultas Psikologi Universitas Esa Unggul E-Journal*, 903, hal. 1–10.
- Meiliana, M., Valentina, V. dan Retnaningsih, C., 2018. Hubungan Body Dissatisfaction dan Perilaku Diet pada Mahasiswa Universitas Katolik Soegijapranata Semarang. *Praxis*, 1(1), hal. 49.
- Meylda Intantiyana, Laksmi Widajanti, M. Z. R., 2018. Hubungan Citra Tubuh, Aktivitas Fisik Dan Pengetahuan Gizi Seimbang Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja Putri Gizi Lebih Di Sma Negeri 9 Kota Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 6(5), hal. 404–412.
- Moehji, S., 2003. Ilmu Gizi 2 Penanggulangan Gizi Buruk. Jakarta: Papas Sinar Sinanti.
- Muliyati, H., Ahmil dan Mandola, L., 2019. Hubungan Citra Tubuh , Aktivitas Fisik , Dan Pengetahuan Gizi Seimbang Dengan Status Gizi Remaja. *Chmk Midwifery Scientific Journal*, 2(1), hal. 22–32.
- Muth, J. L. dan Cash, T. F., 1997. Body-Image Attitudes: What Difference Does Gender Make?. *Journal of Applied Social Psychology*, 27(16), hal. 1438–1452.
- Muwaddah, N., 2019. Hubungan Body Image dan Tingkat Kecukupan Zat Gizi

- Makro dengan Status Gizi pada Remaja Putri SMA Negeri 3 Surabaya, *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Edisis Khusus 2019*, 4(1), hal 208-215.
- Nomate, E. S., Nur, M. L. dan Toy, S. M., 2017. Hubungan Teman Sebaya, Citra Tubuh Dan Pola Konsumsi Dengan Status Gizi Remaja Putri. *Unnes Journal of Public Health*, 6(3), hal. 141.
- Notoatmodjo, S., 2012. *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nugrahaningrum, P. D., 2017. Hubungan Citra Tubuh Dengan Perilaku Diet Pada Siswa.. Skripsi. Universitas Brawijaya Malang
- Pantaleon, M. G., 2019. Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Kebiasaan Makan Dengan Status Gizi Remaja Putri Di Sma Negeri Ii Kota Kupang. *Chmk Health Journal*, 3(3), hal 69-76
- Peltzer, K. dan Pengpid, S., 2011. Overweight And Obesity And Associated Factors Among School-Aged Adolescents In Ghana And Uganda. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 8(10), hal. 3859–3870.
- Prima, E. dan Sari, E. P., 2015. Hubungan Antara Body Dissatisfaction Dengan Kecenderungan Perilaku Diet. *J Psikol Integr [Internet]*, 1(1), hal. 17–30.
- Ratih, R. H., Herlina, S. dan Abdurrab, U., 2020. Hubungan Perilaku Makan Dengan Status Gizi Pada Remaja Putri Di Sman 2 Tambang. 7(2), hal. 95–100.
- Rice, F.P, & D., 2002. *The Adolescent Development, Relationship & Culture*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Ruderman, A. J., 1986. Dietary Restraint. A Theoretical and Empirical Review,” *Psychological Bulletin*, 99(2), hal. 247–262.
- Sakinah, H. dan Sumaryanti, I. U., 2020. Hubungan Body Dissatisfaction Dan Adiksi Media Sosial Instagram Pada Wanita Dewasa Awal. *Prosiding Psikologi*, Volume 6, hal. 827–833.
- Sandjaja, D., 2009. *Kamus Gizi : Pelengkap Kesehatan Keluarga*. Jakarta: Penerbit Kompas
- Santoso, S., 2001. *Buku Latihan SPSS Statistik Non Parametrik*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Serly, V., Sofian, A. dan Ernalia, Y., 2015. Hubungan Body Image , Asupan Energi Dan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau Angkatan 2014. *Jurnal FK*, 2(2), hal. 1–14.

- Soraya, D., Sukandar, D. dan Sinaga, T., 2017. Hubungan Pengetahuan Gizi, Tingkat Kecukupan Zat Gizi, Dan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Pada Guru SMP. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 6(1), hal. 29–36.
- Strien, T. Van, Bergers, G. P. A. dan Defares, P. B., 1986. The Dutch Eating Behavior Questionnaire (DEBQ) for Assessment of Restrained , Emotional , and External Eating Behavior. 5(2).
- Supriasa., 2012. Penilaian Status Gizi Edisi Revisi. *Penerbit Buku Kedokteran: EGC*.
- Tresna, K. A. A. D., Sukamto, M. E. dan Tondok, M. S., 2021. Celebrity Worship And Body Image Among Young Girls Fans Of K-Pop Girl Groups. *Indonesian Psychological Journal*, 18(2), hal. 100.
- VandenBos, G. R., 2015. Dictionary of Psychology, *American Psychological Association*.
- Walgito, B., 2013. Pengantar Psikologi Umum. Yogyakarta: Andi Offset.
- Widianti, N. dan Candra, A., 2012. Hubungan Antara Body Image Dan Perilaku Makan Dengan Status Gizi Remaja Putri Di Sma Theresiana Semarang. *Journal of Nutrition College*, 1, hal. 607–613.
- Widyatningsih, O., 2011. Hubungan Antara Harga Diri Dan Perilaku Diet Tidak Sehat Pada Remaja Putri.(18).
- Winoto, S. S., 2012. Perilaku Diet Ditinjau Dari Kecemasan Ditinggal Pacar. Skripsi. Unika Soegijapranata.
- World Health Organization., 2013. The Use Of Anti Retro-Viral Drugs For Treatment And Prevention Of HIV Infection. *WHO Press*.
- Yunita, F. A. *et al.*, 2020. Hubungan Pola Diet Remaja Dengan Status Gizi The Correlation. 8(2), hal. 27–32.
- Yusinta, A. N. dan Adriyanto, A., 2018. Hubungan Antara Perilaku Makan dan Citra Tubuh dengan Status Gizi Remaja Putri Usia 15-18 Tahun,” *Amerta Nutrition*, 2(2), hal. 147.